Sveučilište u Zagrebu
Kineziološki fakultet

IZVEDBENI PLAN

IZVANREDNOG STRUČNOG PRIJEDIPLOMSKOG STUDIJA IZOBRAZBA TRENERA

za ak. god. 2023./2024.

PRIJEDLOG

Zagreb, siječanj 2024. godine

Kineziološki fakultet, Horvaćanski zavoj 15, HR – 10000 Zagreb
tel.: +385 (0) 1 3658 666, faks: +385 (0) 1 3634 146
OIB: 25329931628, e – mail: dekanat@kif.hr, url: www.kif.unizg.hr

ISO 9001
BUREAU VERITAS
Certification
No. CRO19688Q

SADRŽAJ

RASPORED NASTAVE **13**

RASPORED ISPITNIH ROKOVA **13**

UPISI **13**

BLAGDANI **13**

IZVEDBENI PLAN I PROGRAM NASTAVE 1. GODINE REDOVITOG STRUČNOG PRIJEDIPLOMSKOG STUDIJA IZOBRAZBA TRENERA **14**

KOORDINATOR 1. – GODINE **14**

I. SEMESTAR **14**

FIZIOLOGIJA SPORTA I VJEŽBANJA (150061) 15

FUNKCIONALNA ANATOMIJA (150059) 17

OSNOVE KINEZIOLOGIJE (89420) 19

OSNOVNE KINEZIOLOŠKE TRANSFORMACIJE (150062) 22

PEDAGOGIJA (123690) 25

SPECIJALISTIČKI PREDMET smjera KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA - ANALIZA KONDICIJSKE PRIPREME SPORTAŠA I (146393) 27

SPECIJALISTIČKI PREDMET smjera FITNESS – METODIKA TRENINGA FITNESA 1 (146387) 29

SPECIJALISTIČKI PREDMET smjera SPORTSKA REKREACIJA – SPORTSKA REKREACIJA 1 (146400) 31

RASPORED SATI I. SEMESTRA ak. god. 2023./2024. ..... **33**

II. SEMESTAR **34**

SMJER - KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA – II. SEM **36**

ANALIZA KONDICIJSKE PRIPREME SPORTAŠA II (146394) 37

METODIKA KONDICIJSKE PRIPREME I. (146397) 39

KONDICIJSKA PRIPREMA DJECE I MLADIH (146398) 41

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA KONDICIJSKE PRIPREME SPORTAŠA I (146399) 43

SMJER – FITNES – II. SEM **44**

METODIKA TRENINGA FITNESA II (146388) 45

MJERENJE I PROCJENJIVANJE FITNESA (146389) 47

GRUPNI FITNES PROGRAMI I (146390) 49

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA FITNESA I (146391) 51

SMJER – SPORTSKA REKREACIJA – II. SEM 52

METODIKA SPORTSKE REKREACIJE U TURIZMU I (146401) 53

SPORTSKO REKREACIJSKA MEDICINA (146404) 56

SPORTSKA REKREACIJA II (146403) 58

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U SPORTSKOJ REKREACIJI I (146405) 60

STUDIJSKI SMJER – RAZNI SPORTOVI – II. SEM 61

SMJER – HRVANJE– II. SEM 62

POVIJEST, PRAVILA I ORGANIZACIJA HRVANJA (146461) 63

KINEZIOLOŠKA ANALIZA HRVANJA (146462) 65

ANTROPOLOŠKA ANALIZA U HRVANJU (146463) 67

METODIKA U HRVANJU I. (146464) 69

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U HRVANJU I. (146465) 72

SMJER – JUDO– II. SEM 73

POVIJEST, PRAVILA I ORGANIZACIJA JUDA (146466) 74

KINEZIOLOŠKA ANALIZA JUDA (146467) 76

ANTROPOLOŠKA ANALIZA U JUDU (146468) 78

METODIKA U JUDU I (146469) 80

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U JUDU I (146470) 82

SMJER – KONJIČKI SPORT – II. SEM 83

POVIJEST, PRAVILA I ORGANIZACIJA KONJIČKOG SPORTA (172350) 84

KINEZIOLOŠKA ANALIZA KONJIČKOG SPORTA (172351) 86

ANTROPOLOŠKA ANALIZA U KONJIČKOM SPORTU (172352) 88

METODIKA U KONJIČKOM SPORTU I (172353) 90

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U KONJIČKOM SPORTU I (172354) 92

SMJER – NOGOMET – II. SEM 93

POVIJEST, PRAVILA I ORGANIZACIJA NOGOMETA (146416) 94

KINEZIOLOŠKA ANALIZA NOGOMETA (146417) 96

ANTROPOLOŠKA ANALIZA U NOGOMETU (146418) 98

METODIKA U NOGOMETU I (146419) 100
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U NOGOMETU I (146420) 102
SMJER – ODBOJKA – II. SEM 103
POVIJEST, PRAVILA I ORGANIZACIJA ODBOJKE (161643) 104
KINEZIOLOŠKA ANALIZA ODBOJKE (161644) 106
ANTROPOLOŠKA ANALIZA U ODBOJCI (161645) 108
METODIKA U ODBOJCI I (161646) 110
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U ODBOJCI I (161647) 113
SMJER – PLES – II. SEM 114
POVIJEST, PRAVILA I ORGANIZACIJA PLESA (146471) 115
KINEZIOLOŠKA ANALIZA PLESA (146472) 117
ANTROPOLOŠKA ANALIZA U PLESU (146473) 119
METODIKA U PLESU I (146474) 121
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U PLESU I (146475) 124
SMJER – PLIVANJE – II. SEM 125
POVIJEST, PRAVILA I ORGANIZACIJA PLIVANJA (146421) 126
KINEZIOLOŠKA ANALIZA PLIVANJA (146422) 128
ANTROPOLOŠKA ANALIZA U PLIVANJU (146423) 130
METODIKA U PLIVANJU I (146424) 132
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U PLIVANJU I (146425) 134
SMJER – RITMIČKA GIMNASTIKA– II. SEM 135
POVIJEST, PRAVILA I ORGANIZACIJA RITMIČKE GIMNASTIKE (146477) 136
KINEZIOLOŠKA ANALIZA RITMIČKE GIMNASTIKE (146479) 138
ANTROPOLOŠKA ANALIZA U RITMIČKOJ GIMNASTICI (146480) 140
METODIKA U RITMIČKOJ GIMNASTICI I (146481) 142
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U RITMIČKOJ GIMNASTICI I (146493) 144
SMJER – SKIJANJE – II. SEM 145
POVIJEST, PRAVILA I ORGANIZACIJA SKIJANJA (163868) 146
KINEZIOLOŠKA ANALIZA SKIJANJA (163869) 148

ANTROPOLOŠKA ANALIZA U SKIJANJU (163870) 150
METODIKA U SKIJANJU I. (173869) 152
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U SKIJANJU I. (163872) 154
SMJER – SPORTSKA GIMNSTIKA – II. SEM 155
POVIJEST, PRAVILA I ORGANIZACIJA SPORTSKE GIMNASTIKE (146436) 156
KINEZIOLOŠKA ANALIZA SPORTSKE GIMNASTIKE (146437) 158
ANTROPOLOŠKA ANALIZA U SPORTSKOJ GIMNASTICI (146438) 161
METODIKA U SPORTSKOJ GIMNASTICI I (146439) 164
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U SPORTSKOJ GIMNASTICI I (146440) 167
SMJER – TENIS – II. SEM 168
POVIJEST, PRAVILA I ORGANIZACIJA TENISA (146441) 169
KINEZIOLOŠKA ANALIZA TENISA (146442) 171
ANTROPOLOŠKA ANALIZA U TENISU (146443) 173
METODIKA U TENISU I. (146443) 175
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U TENISU I. (146444) 177
IZBORNI PREDMETI/SPORTOVI – II. SEM 178
IZBORNI PREDMETI – II. SEM 179
KINEZIOLOŠKA ORIJENTACIJA I SELEKCIJA (150231) 180
KINEZITERAPIJA (89433) 182
KULTURA JAVNOG GOVORENJA (123602) 184
KOMUNIKOLOGIJA U SPORTU (89434) 187
SPORT I PRAVO (172740) 189
SPORT U EUROPSKIM DRŽAVAMA (150236) 191
SPORTSKO-REKREACIJSKI PROGRAMI U PRIRODI (150238) 194
WELLNESS (117524) 196
ŽIVOT U PRIRODI I VJEŠTINA PREŽIVLJAVANJA (150239) (32) 198
IZBORNI SPORTOVI – II. SEM 200
AEROBIKA (189443) 201
AKROBATIKA (117522) 203

ATLETIKA (89445) 206
BADMINTON (89446) 208
BORILAČKI SPORTOVI (89447) 210
ELEMENTARNE IGRE (89448) 212
IGRE U VODI (117517) 215
JEDRENJE U MALIM KLASAMA (150242) 217
NOGOMET (89450) 218
KOŠARKA (89449) 220
ODBOJKA (89451) 223
PLIVANJE (89454) 225
RUKOMET (89455) 227
SAMOOBRANA (89456) 229
STRELJAŠTVO (89459) (32) 231
TRIATLON (150244) 233
VATERPOLO (89461) 236
IZVEDBENI PLAN I PROGRAM NASTAVE 2. GODINE STRUČNOG PRIJEDIPLOMSKOG STUDIJA IZOBRAZBA TRENERA 238
KOORDINATOR 2. – GODINE 238
III. SEMESTAR 238
BIOMEHANIKA SPORTA (162348) 239
POVIJEST SPORTA (162349) 241
PSIHOLOGIJA SPORTA (89425) 244
STRANI JEZIK ENGLESKI (89428) 248
STRANI JEZIK NJEMAČKI (123598) 250
TEORIJA I METODIKA TRENINGA (162350) 252
SPECIJALISTIČKI PREDMET smjera KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA – METODIKA KONDICIJSKE PRIPREME II (162352) 255
SPECIJALISTIČKI PREDMET smjera FITNES – GRUPNI FITNES PROGRAMI II (162351) 257
RASPORED SATI III. SEMESTRA ak. god. 2023./2024. 259

IV. SEMESTAR **260**

SMJER – KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA – IV. SEM **262**

DIJAGNOSTIKA KONDICIJSKE PRIPREMLJENOSTI (162357) 263

METODIKA KONDICIJSKE PRIPREME III. (162358) 266

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U KPS-u II (162359) 268

SMJER – FITNES – IV. SEM **269**

ZDRAVSTVENI ASPEKTI TRENINGA I PREHRANE U FITNESU (162353) 270

PROGRAMIRANJE TRENINGA FITNESA I (162354) 273

GRUPNI FITNES PROGRAMI III. (162355) 276

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U FITNESU II (162356) 278

SMJER – SPORTSKA REKREACIJA – IV. SEM **279**

METODIKA SPORTSKE REKREACIJE U SLOBODNO VRIJEME I (162360) 280

METODIKA SPORTSKE REKREACIJE U TURIZMU II (162361) 282

EKONOMIKA SPORTSKE REKREACIJE (162362) 284

KINEZITERAPIJA (162363) 286

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U SPORTSKOJ REKREACIJI II (162364) 288

SMJER – RAZNI SPORTOVI – IV. SEM **289**

SMJER – BICIKLIZAM – IV. SEM **290**

METODIKA U BICIKLIZMU II (162378) 291

METODIKA U BICIKLIZMU III (162379) 293

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U BICIKLIZMU II (162380) 295

SMJER – JEDRENJE– IV. SEM **296**

METODIKA U JEDRENJU II (162396) 297

METODIKA U JEDRENJU III (162397) 299

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U JEDRENJU II (162398) 301

SMJER – KICKBOXING – IV. SEM **302**

METODIKA U KICKBOXINGU II (162411) 303

METODIKA U KICKBOXINGU III (162412) 305

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U KICKBOXINGU II (162413) 307

SMJER – KLIZANJE – IV. SEM **308**
METODIKA U KLIZANJU II (162414) 309
METODIKA U KLIZANJU III (162415) 311
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U KLIZANJU II (162416) 313
SMJER – KONJIČKI SPORT – IV. SEM **314**
METODIKA U KONJIČKOM SPORTU II (162417) 315
METODIKA U KONJIČKOM SPORTU III (162418) 317
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U KONJIČKOM SPORTU II (162419) 319
SMJER – KOŠARKA – IV. SEM **320**
METODIKA U KOŠARCI II (162420) 321
METODIKA U KOŠARCI III (162421) 323
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U KOŠARCI II (162422) 325
SMJER – NOGOMET – IV. SEM **327**
METODIKA U NOGOMETU II (162441) 328
METODIKA U NOGOMETU III (162442) 330
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U NOGOMETU II (162444) 332
SMJER – ODBOJKA – IV. SEM **333**
METODIKA U ODBOJCI II (162545) 334
METODIKA U ODBOJCI III (162547) 336
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U ODBOJCI II (162548) 338
SMJER – PLES – IV. SEM **339**
METODIKA U PLESU II (162453) 340
METODIKA U PLESU III (162454) 342
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U PLESU II (162455) 344
SMJER – RUKOMET – IV. SEM **345**
METODIKA U RUKOMETU II (162545) 346
METODIKA U RUKOMETU III (162507) 348
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U RUKOMETU II (162508) 350
SMJER – TENIS – IV. SEM **351**

METODIKA U TENISU II (162540) 352
METODIKA U TENISU III (162541) 354
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U TENISU II (162542) 356
IZBORNI PREDMETI/SPORTOVI – IV. SEM 357
IZBORNI PREDMETI – IV. SEM 358
BIOMEHANIČKA DIJAGNOSTIKA (89432) 359
PREHRANA SPORTAŠA (150234) 361
IZBORNI SPORTOVI – IV. SEM 363
IZVEDBENI PLAN I PROGRAM NASTAVE 3. GODINE GODINE PREDIPLOMSKOG STRUČNOG STUDIJA ZA IZOBRAZBU TRENERA 364
KOORDINATOR 3. – GODINE 364
V. SEMESTAR 364
MENADŽMENT U SPORTU (123614) 365
OSNOVE STATISTIKE I KINEZIOMETRIJE (89422) 367
SOCIOLOGIJA SPORTA (172201) 369
SPORTSKA MEDICINA (172203) 371
KINEZIOLOŠKE AKTIVNOSTI ZA OSOBE S INVALIDITETOM (172206) 373
ZAVRŠNI ISPIT (172207) 375
SPECIJALISTIČKI PREDMET studijskog smjera KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA – PLANIRANJE I PROGRAMIRANJE KONDICIJSKE PRIPREME I. (172213) 376
SPECIJALISTIČKI PREDMET studijskog smjera FITNES – METODIKA TRENINGA FITNESA III (172211) ... 378
IZBORNI PREDMET/SPORT studijskog smjera SPORTSKA REKREACIJA – SKIJANJE 380
IZBORNI PREDMET/SPORT studijskog smjera SPORTSKA REKREACIJA – SKIJAŠKO TRČANJE 382
V. SEMESTAR 384
SMJER – KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA – VI. SEM 386
METODIKA KONDICIJSKE PRIPREME IV (172663) 387
PLANIRANJE I PROGRAMIRANJE KONDICIJSKE PRIPREME II (172664) 389
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U KPS-U III. (172665) 391
STUDIJSKI SMJER – FITNES – VI. SEM 392

METODIKA TRENINGA FITNESA IV (172575) ... 393
PROGRAMIRANJE TRENINGA FITNESA II (172576) ... 395
GRUPNI FITNES PROGRAMI IV (172577) ... 398
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U FITNESU III. (172578) ... 400
SMJER – SPORTSKA REKREACIJA – VI. SEM ... 401
METODIKA SPORTSKE REKREACIJE U SLOBODNO VRIJEME II. (172705) ... 402
PROGRAMI SPORTSKE REKREACIJE U PREVENCIJI STRESA (172706) ... 404
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U SPORTSKOJ REKREACIJI III. (172707) ... 406
STUDIJSKI SMJER – RAZNI SPORTOVI – VI. SEM ... 407
SMJER – BOKS – VI. SEM ... 408
PROGRAMIRANJE TRENINGA U BOKSU (172564) ... 409
KONTROLA TRENIRANOSTI U U BOKSU (172565) ... 412
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U BOKSU III. (172566) ... 414
SMJER – HRVANJE – VI. SEM ... 415
PROGRAMIRANJE TRENINGA U HRVANJU (172583) ... 416
KONTROLA TRENIRANOSTI U U HRVANJU (172585) ... 419
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U HRVANJU III. (172587) ... 421
SMJER – JUDO – VI. SEM ... 422
PROGRAMIRANJE TRENINGA U JUDU (172648) ... 423
KONTROLA TRENIRANOSTI U U JUDU (172649) ... 426
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U JUDU III. (172650) ... 428
SMJER – KICKBOXING – VI. SEM ... 430
PROGRAMIRANJE TRENINGA U KICKBOXINGU (172657) ... 431
KONTROLA TRENIRANOSTI U U KICKBOXINGU (172658) ... 434
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U KICKBOXINGU III. (172659) ... 436
SMJER – KONJIČKI SPORT – VI. SEM ... 437
PROGRAMIRANJE TRENINGA U KONJIČKOM SPORTU (172666) ... 438
KONTROLA TRENIRANOSTI U KONJIČKOM SPORTU (172667) ... 441
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U KONJIČKOM SPORTU III. (172668) ... 443

SMJER – KOŠARKA – VI. SEM 444
PROGRAMIRANJE TRENINGA U KOŠARCI (172670) 445
KONTROLA TRENIRANOSTI U KOŠARCI (172669) 448
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U KOŠARCI III. (172671) 450
SMJER – NOGOMET – VI. SEM 452
PROGRAMIRANJE TRENINGA U NOGOMETU (172678) 453
KONTROLA TRENIRANOSTI U U NOGOMETU (172679) 456
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U NOGOMETU III. (172680) 458
SMJER – RUKOMET – VI. SEM 460
PROGRAMIRANJE TRENINGA U RUKOMETU (172696) 461
KONTROLA TRENIRANOSTI U U RUKOMETU (172697) 464
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U RUKOMETU III. (172698) 466
SMJER – SKIJANJE – VI. SEM 468
PROGRAMIRANJE TRENINGA U SKIJANJU (172699) 469
KONTROLA TRENIRANOSTI U SKIJANJU (172700) 472
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U SKIJANJU III. (172701) 474
SMJER – SPORTSKA GIMNASTIKA – VI. SEM 476
PROGRAMIRANJE TRENINGA U SPORTSKOJ GIMNASTICI (172702) 477
KONTROLA TRENIRANOSTI U SPORTSKOJ GIMNASTICI (172703) 481
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U SPORTSKOJ GIMANSTICI III. (172704) 484
SMJER – TAEKWONDO– VI. SEM 486
PROGRAMIRANJE TRENINGA U TAEKWONDOU (172717) 487
KONTROLA TRENIRANOSTI U TAEKWONDOU (172718) 490
STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U TAEKWONDOU III. (172719) 492
IZBORNI PREDMETI/SPORTOVI – VI. SEM 493
IZBORNI PREDMETI – VI. SEM 494
NOTACIJSKA ANALIZA (150233) 495
PREVENCIJA OZLJEDA SPORTAŠA (89438) 497
SPORTAŠ S ALERGIJOM I ASTMOM (150237) 500

RASPORED ISPITNIH ROKOVA u ak. god. 2023./2024. 502

RASPORED ISPITNIH ROKOVA za IZBORNE SPORTOVE/IZBORNE PREDMETE u ak. god. 2023./2024. ... 524

RASPORED NASTAVE

ZIMSKI semestar održava se u vremenu **od 02. 10. 2023. do 26. 01. 2024.**

LJETNI semestar održava se u vremenu **od 26. 02. 2024. do 07. 06. 2024.**

RASPORED ISPITNIH ROKOVA

Redoviti ZIMSKI ISPITNI ROK traje **od 29. 01. do 23. 02. 2024.**

Redoviti LJETNI ISPITNI ROK traje **od 10. 06. do 12. 07. 2024.**

Redoviti JESENSKI ISPITNI ROK traje **od 26. 8. do 23. 9. 2024.**

UPISI

predmeta LJETNOG SEMESTRA ak. god. 2023./24. traje **od 29. 01. do 18. 02. 2024.**

UPIS u ak.godinu 2024./2025. (kolegija ZIMSKOG SEMESTRA) traje **od 18. 9. do 25. 9. 2024.**

BLAGDANI

Dan Kineziološkog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu je 03. 11. 2023.

Božićni i novogodišnji blagdani su od 27. 12. 2023. do 06. 01. 2024.

Blagdani odnosno neradni dani su: 01.11. 2023. (Svi Sveti); 18. 11. 2023. (Dan sjećanja na žrtve Domovinskog rata i Dana sjećanja na žrtvu Vukovara i Škabrnje); 25.12.2023. (Božić), 26.12.2023. (Sveti Stjepan), 01. 01. 2024. (Nova Godina), 06. 01. 2024. (Sveta tri kralja), 31. 03. 2024. (Uskrs),

01. 04. 2024. (Uskrsni ponedjeljak); 01. 05. 2024. (Praznik rada); 30. 05. 2024. (Dan državnosti);

30. 05. 2024. (Tijelovo); 22. 06. 2024. (Dan antifašističke borbe); 05. 08. 2024. (Dan pobjede i domovinske zahvalnosti i Dan hrvatskih branitelja); 15. 08. 2024. (Velika Gospa).

IZVEDBENI PLAN I PROGRAM NASTAVE 1. GODINE REDOVITOG STRUČNOG PRIJEDIPLOMSKOG STUDIJA IZOBRAZBA TRENERA

KOORDINATOR 1. – GODINE

izv.prof.dr.sc. Saša Vuk	
kancelarija	40/3
konzultacije	Prema dogovoru putem e-pošte
e-mail	sasa.vuk@kif.hr
telefon	+38513658603

I. SEMESTAR

Šifra predmeta	OBAVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
150061	Fiziologija sporta i vježbanja	**prof. dr. sc. Lana Ružić Švegl**	60	15		7
150059	Funkcionalna anatomija	**izv. prof. dr. sc. Davor Šentija** izv. prof. dr. sc. Marija Rakovac	36	24		6
89420	Osnove kineziologije	**prof. dr. sc. Goran Sporiš** izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić	45	15		6
150062	Osnovne kineziološke transformacije	**izv.prof. dr. sc. Luka Milanović**	45		30	7
150063	Pedagogija	**doc.dr. Ana Žnidarec Čučković**	45	8	7	5
		UKUPNO	**231**	**62**	**37**	**31**
Smjer KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA						
146393	Analiza kondicijske pripreme sportaša 1	**izv. prof. dr. sc. Daniel Bok**	15		15	2
		UKUPNO	**246**	**62**	**52**	**33**
Smjer FITNES						
146387	Metodika treninga fitnesa 1	**izv. prof. dr. sc. Saša Vuk**	20		20	4
		UKUPNO	**251**	**62**	**57**	**35**
Smjer SPORTSKA REKREACIJA						
146400	Sportska rekreacija 1	**izv. prof. dr. sc. Danijel Jurakić**	15		15	2
		UKUPNO	**246**	**62**	**52**	**33**

FIZIOLOGIJA SPORTA I VJEŽBANJA (150061)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Lana Ružić Švegl**	
Kancelarija		182	
Konzultacije		Moguće dogovoriti u različitim terminima na lana.ruzic@kif.hr.	
e-mail		lana.ruzic@kif.hr	
Telefon		+38513658692	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	obvezan
Semestar	I.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja	Veliki amfiteatar		
način izvođenja nastave	75(60P + 15S) Izvedbeni sati: 28P*	očekivani broj studenata na predmetu	167
ciljevi predmeta	Tijekom nastave iz obveznog predmeta Fiziologija sporta i vježbanja studenti će upoznati osnovne mehanizme funkcioniranja organa i organskih sustava. Nadalje, steći će razumijevanje o odgovorima i prilagodbama tjelesnih struktura i funkcija na tjelesnu aktivnost i sportski trening te se upoznati s primjenom postignuća fiziologije sporta u procesu treninga sportaša i unapređenja sportskih rezultata. Studenti će svladati vještine funkcionalne dijagnostike i interpretacije rezultata testiranja.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti stječu znanje o funkciji organizma čovjeka. Studenti stječu znanje o osnovnim akutnim i kroničnim odgovorima i adaptaciji organizma na tjelesnu aktivnost. Studenti će biti osposobljeni za primjenu tih znanja u programiranju sportskog treninga ili rekreacijske tjelesne aktivnos		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: -razumjeti posebne značajke i mehanizme ljudskog tijela koje ga čine živim bićem -razumjeti akutne odgovore različitih organskih sustava na tjelesnu aktivnost -razumjeti adaptacije različitih organskih sustava na tjelesnu aktivnost -razumjeti osnovne patofiziološke mehanizme -razumjeti primjenu spoznaja fiziologije vježbanja u treningu sportaša i unapređivanju sportskih rezultat.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**Predavanja** 1. Uvod u područje fiziologije čovjeka, fiziologije sporta i vježbanja, izvori, povijesni razvoj fiziologije sporta i vježbanja, homeostaza, stanična i molekularna fiziologija (2P) 2. Stanična membrana, transporti i potencijali na membrani (membranski i akcijski potencijal) (2P) 3. .Mišićni sustav i metabolizam, načini dobivanja energije (4P) 4. .Vrste mišićnih stanica, adaptacije mišića na trening jakosti, brzine i izdržljivosti (4P) 5. Živčani sustav -organizacija i osnove funkcioniranja, osjetni receptori, spinalna razina, subkortikalna razina, kortikalna razina, voljna motorika, intelektualne funkcije,.(4P) 6. Živčanisustav -autonomni živčani sustav, posebna osjetila (2P) 7. Sustav žlijezda s unutrašnjim lučenjem: hipofiza, štitnjača, gušterača, (4P) 8. Nadbubrežna žlijezda, spolne žlijezde, hormonalni odgovor na tjelesnu aktivnost (4P) 9. Srčanožilni sustav: krv (plazma, krvne stanice, krvne grupe, imunost i zgrušavanje krvi); (4P) 10. .Srce (srčani mišić, srčani ciklus, provodni sustav srca, regulacija srčanog rada); (4P)		

	11. cirkulacija-hemodinamika, regulacija protoka i tlaka, minutni volumen srca, kapilarna dinamika, limfni sustav); odgovor i prilagodbe na tjelesnu aktivnost (dinamičko opterećenje, statičko opterećenje).(4P) 12. Dišni sustav: ventilacija, alveolarna difuzija, prijenos plinova, regulacija disanja; (4P) 13. Odgovor i prilagodbe dišnog sustava na tjelesnu aktivnost (dinamičko opterećenje, statičko opterećenje). (4P) 14. Bubrezi i tjelesne tekućine: odjeljci tjelesnih tekućina; stvaranje mokraće, regulacija tekućina, (4P) 15. .Acido-bazna ravnoteža i regulacija acido-bazne ravnoteže za vrijeme opterećenja. (4P) 16. Probavni sustav: mehanika, sekrecija, probava i apsorpcija. (4P) 17. Umor (2 sata) **Seminari** 1. Uvod –karakteristike i uvjeti laboratorijskog testiranja, fizikalne veličine (2S) 2. Stanica i uloga organela u stanici, Transport kroz membranu, membranski potencijal, akcijski potencijal (2S) 3. Vrste mišićnih stanica, motorička jedinica, jakost, fleksibilnost (2S) 4. Termoregulacija (2S) 5. Dug kisika (2S) 6. Energetska potrošnja, mehanička efikasnost (2S) 7. Spiroergometrija, Kardiorespiracijski sustav –rješavanje zadanih problema (3S					
Obveze studenata	Pohađanje svih vrsta nastave, izrada seminarskog rada.					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave		1	pismeni ispit		2
	Kolokvij		1	usmeni ispit		3
				Ukupno	**7.0 ECTS**	
Obvezna literatura	1. Matković, B., Ružić, L. (2009). Fiziologija sporta i vježbanja. Zagreb: KIF, DVOIT. 2. Guyton, A. C., Hall, J. E. (2006). Medicinska fiziologija. 11. izd. (odabrana poglavlja). Zagreb: Medicinska naklada.					
Dopunska literatura	1. McArdle, D. W., Katch, F. I., Katch, V. L. (2010). Exercise Physiology: Nutrition, Energy and Human Performance, Seventh Edition. Baltimore, MD: LWW. 2. Plowman, S. A., Smith, D. L. (2011). Exercise Physiology for Health, Fitness, and Performance, Third Edition. Baltimore, MD: LWW.					
Način praćenja kvalitete	Obnavljanje literaturne liste prema novim objavljenim spoznajama iz područja fiziologije čovjeka i fiziologije sporta i vježbanja					

*S obzirom da se stručni studij planira izvoditi kao izvanredni studij, pod stavkom 1.8. iskazani su i izvedbeni sati nastave koja je bazirana isključivo na predavanjim

FUNKCIONALNA ANATOMIJA (150059)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Davor Šentija**	
Kancelarija		185	
Konzultacije		ponedjeljak od 11.00 – do 12.00 i prema dogovoru	
e-mail		davor.sentija@kif.hr	
Telefon		+38513658612	
Nastavnica		**izv.prof. dr. sc. Marija Rakovac**	
Kancelarija		31	
Konzultacije		Prema dogovoru putem e-pošte	
e-mail		marija.rakovac@kif.hr	
Telefon		+38513658651	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	obvezan
semestar	I.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	6 ECTS
mjesto izvođenja	Veliki amfiteatar		
način izvođenja nastave	60(36P+ 24S) Izvedbeni sati: 22P*	očekivani broj studenata na predmetu	167
ciljevi predmeta	Tijekom nastave studenti će se upoznati s ustrojem i građom ljudskog tijela. Opisat će se osnove građe i morfologije organa i organskih sustava čovjeka – omogućiti usvajanje teorijskih i praktičnih znanja o građi i funkciji ljudskog tijela, s posebnim naglaskom na sustav organa za pokretanje te se upoznati s mogućim primjenama znanja iz funkcionalne anatomije u analizi normalne, sportske i patološke lokomocije.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Nakon usvajanja gradiva kolegija *Funkcionalna anatomija* studenti će steći osnovna znanja o građi i funkciji ljudskog organizma. Znanje o morfologiji i funkciji svih organskih sustava poslužit će im kao temelj, pa i preduvjet za usvajanje gradiva nekih drugih kolegija (poput Fiziologije sporta i vježbanja, Kineziološke kinantropologije, Biomehanike, Kineziterapije i dr.). Usvajanje detaljnijeg gradiva o građi i funkciji lokomotornog sustava studentima će omogućiti anatomsku analizu pokreta u sportovima i drugim tjelesnim aktivnostima, u zdravih ljudi kao i u oboljelih od nekih kroničnih bolesti.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Usvajanje osnovnog anatomskog nazivlja i znanja o obliku i načelima građe čovječjeg tijela. - Usvajanje znanja o podjeli i značajkama pojedinih organskih sustava. - Usvajanje znanja o koštanom sustavu čovjeka. - Usvajanje znanja o zglobnom sustavu. Polazeći od osnovnih zadaća ovog predmeta, studenti će moći definirati i opisati ljudski pokret, usvajanjem nazivlja i podjele zglobova prema osnovnim ravninama i osovinama pokreta te znanja o kinematičkim lancima. - Usvajanje znanja o mišićnom sustavu.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**Predavanja i seminari iz lokomotornog sustava** (svaka nastavna tema se obrađuje 2P + 2S) 1. Uvodno predavanje i seminar: Općenito o anatomiji, podjela anatomije. Oblik i građa čovječjeg tijela. Anatomsko nazivlje. Načela građe ljudskog tijela. Osnove znanosti o stanicama i tkivima. Osteologia – uvod u znanost o kostima. 2. Kosti trupa (ossa trunci) – kralješnica 3. Kosti prsnog koša, kosti gornjih udova (ramenog obruča i nadlaktice)		

	4. Kosti gornjih udova – nastavak (kosti podlaktice, šake) i kosti donjih udova (zdjelična kost) 5. Kosti donjih udova – nastavak – kostur noge (pars libera membri inferioris) 6. Kosti lubanje (cranium). Kosti moždanog i utrobnog dijela lubanje (neurocranium, viscerocranium). 7. Sindesmologija (arthrologia) – znanost o spojevima kostiju. Općenito – nepokretni, polupokretni, pokretni (pravi) zglobovi. Građa zgloba. Mehanika pokretnih zglobova. Podjela pokretnih zglobova (prema građi i prema broju osi u zglobu). Ravnine i osovine pokreta. Nomenklatura pokreta prema regijama tijela. 8. Čeljusni zglob, spojevi i zglobovi kralješnice, zglobovi prsnoga koša, zglobovi gornjih udova (rameni obruč i rameni zglob) 9. Zglobovi gornjih udova – nastavak (zglobovi i spojevi podlaktice i šake) i zglobovi donjih udova (zglobovi i spojevi zdjeličnog obruča, zglob kuka) 10. Zglobovi donjih udova – nastavak (koljeno, zglobovi i spojevi kostiju potkoljenice, zglobovi stopala) 11. Miologija – općenito (podjela, građa, pomoćni organi, djelovanje mišića) 12. Mišićje glave i vrata 13. Mišićje trupa (mm. trunci) prsno mišićje, trbušno mišićje, leđno mišićje 14. Mišićje gornjih udova (mm. membri superioris) 15. Mišićje donjih udova (mm. membri inferioris) **Predavanja iz opće anatomije (ostalih organskih sustava)**: 1. Živčani sustav. Organizacija živčanog sustava. Središnji živčani sustav. Veliki mozak. Mali mozak. Mozgovno deblo. Kralješnička moždina (2P) 2. Autonomni živčani sustav i osjetila. Simpatički sustav. Parasimpatički sustav. Osjetilo vida. Osjetilo sluha. Osjetilo njuha. Osjetilo okusa. Propriocepcija. (2P) 3. Krvožilni sustav. Srce. Krvne žile. Krv. Veliki i mali krvotok. Limfni sustav. (2P) 4. Dišni sustav. Prsni koš kao cjelina. Vanjski nos. Nosna šupljina. Paranazalni sinusi. Ždrijelo. Grkljan. Dušnik. Dušnice. Pleura. Pluća. Mehanika disanja. (2P) 5. Probavni sustav. Usna šupljina. Jednjak. Želudac. Crijeva. Jetra. Gušterača. (2P) 6. Trbušna šupljina, mezenterij, potrbušnica (1P) 7. Sustav žlijezda s unutrašnjim izlučivanjem (2P) 8. Mokraćni sustav, spolni sustav (2P)
Obveze studenata	

Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	20%	1	kolokviji		
	pismeni ispit			usmeni ispit	80%	5
				ukupno	**6 ECTS**	

Obvezna literatura	1. Keros, P., Pećina, M., Ivančić-Košuta, M. (1999). Temelji anatomije čovjeka. Zagreb: Naprijed. 2. Platzer, W. (2003). Priručni anatomski atlas u 3 sveska – (1) Sustav organa za pokretanje. Zagreb: Medicinska naklada. 3. **.Šentija D. Funkcionalna anatomija. On-line skripta i predavanja: http://kif.hr/predmet/funana-repozitorij**
Dopunska literatura	1. Sobotta, J. (2007). Atlas anatomije čovjeka 1-2. Jastrebarsko: Naklada Slap. 2. Krmpotić-Nemanić, J., Marušić, A. (2007). Anatomija čovjeka. Zagreb: Medicinska naklada.
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.

OSNOVE KINEZIOLOGIJE (89420)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Goran Sporiš**	
Kancelarija		39	
Konzultacije		utorkom od 14.00 do 15.00 sati	
e-mail		goran.sporis@kif.hr	
Telefon			
Nastavnik		**izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić**	
Kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 7)	
Konzultacije		Konzultacije se održavaju svaku srijedu u 9:00.	
e-mail		vlatko.vucetic@kif.hr	
Telefon			
Nastavnik		**dr. sc. Jere Gulin, pred.**	
Kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 8)	
Konzultacije		Uz prethodni dogovor e-mailom	
e-mail		jere.gulin@kif.hr	
Telefon			
Vanjski suradnik		Ivan Lulić, mag. cin.	
e-mail		ivan.lulic@kif.hr	
Vanjski suradnik		Matej Martinko, mag. cin.	
e-mail		matej.martinko@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	obvezan
semestar	I.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	6 ECTS
mjesto izvođenja	Veliki amfiteatar		
način izvođenja nastave	60 sati = 45P + 15S Izvedbeni sati 22P*	očekivani broj studenata na predmetu	167
ciljevi predmeta	Sistematizacija spoznaja o proučavanju općih zakonitosti ljudskog kretanja, općih zakonitosti upravljanja procesom vježbanja,kao i proučavanje posljedica koje ti procesi imaju na ljudski organizam te proučavanje svih drugih, u tom smislu relevantnih, oblika ljudskog djelovanja i postojanja. Pojam, definicije i razvoj kineziologije. Kineziolog, kineziološke aktivnosti i sportovi. Predmet i metode istraživanja u kineziologiji. Upoznavanje s osnovnim rezultatima istraživanja relevantnih parametara općeg modela kineziološkog transformacijskog procesa te s mogućim promjenama antropoloških obilježja, motoričkih znanja i zdravlja, kao i s odgojnim i drugim efektima kinezioloških transformacija.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Na temelju stečenih znanja o ljudskom kretanju i upravljanom procesu programiranog vježbanja studenti/ce će biti sposobni shvatiti potrebu mjerenja i procjene razine općih motoričkih znanja i antropoloških karakteristika kao i utjecaj tjelesne aktivnosti na psihosomatski status čovjeka. Te će spoznajepredstavljati dobru podlogu za usvajanje gradiva iz drugih predmeta i razumijevanje promjena pod utjecajem transformacijskih postupaka u radu sa zdravim osobama različite dobi, spola, razine tjelesne aktivnosti i vještine u području sporta, sportske rekreacije, kondicijske pripreme i fitnesa i kineziterapi		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	1. sitematizacija spoznaja o proučavanju općih zakonitosti ljudskog kretanja, općih zakonitosti upravljanja procesom vježbanja, kao i proučavanje posljedica koje ti procesi		

	imaju na ljudski organizam te proučavanje svih drugih, u tom smislu relevantnih, oblika ljudskog djelovanja i postojanja. 2. Samosvojnost i odnos kineziologije i drugih znanosti. Predmet i metode istraživanja u kineziologiji. 3. Upoznati i opredijeliti se za obrazovne profile kao perspektive svog profesionalnog angažmana kineziologa u suvremenom društvu obzirom na mogućnost stručnog angažiranja. 4. poznavanje relevantnih parametara općeg modela kineziološkog transformacijskog procesa te s mogućim promjenama antropoloških obilježja, motoričkih znanja i zdravlja, kao i s odgojnim i drugim efektima kinezioloških transformacija. Poznavanje elementi određivanja ciljeva procesa vježbanja. Kratkoročni, srednjoročni i dugoročni ciljevi usmjerenog procesa vježbanja. Neposredni i posredni ciljevi transformacijskih procesa. Postupci pripreme i realizacije kinezioloških transformacija: orijentacija, selekcija, planiranje, programiranje, provedba, kontrola i vrednovanje. Implicitni i eksplicitni model reprezentacije djelovanja transformacijskih operatora. 5. Mjerenje u kineziologiji. Sistemski i kibernetski pristup funkcioniranju kinezioloških sustava. Pojam, elementi i vrste karakterističnih stanja subjekta u okviru transformacijskog procesa. Upravljanje kineziološkim transformacijskim procesima.
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja 1. Uvod u sistematsku kineziologiju (zahtjevi i organizacija predmeta); profesionalni status kineziologa -obrazovni profili i perspektive trajnog profesionalnog angažmana kineziologa u suvremenom društvu (edukacija, selektivni sport, rekreacija (slobodno vrijeme, sport za sve), kineziterapija i prilagođena tjelesna aktivnost, vojska, policija i službe spašavanja (3) 2. Pojam i definicije kineziologije. (2) 3. Položaj kineziologije u hrvatskom kulturnom krugu. (2) 4. Povijest i preteče kineziologije. (2) 5. N. Dally i suvremeni razvoj kineziologije. (2) 6. Struktura kineziologije i zagrebački kineziologijski krug, trendovi daljeg razvoja: bazične i primijenjene kineziologijske discipline i didaktičke transpozicije (2) 7. Struktura kineziologije i zagrebački kineziologijski krug, trendovi daljeg razvoja: antropološke i metodološke subdicipline i didaktička transpozicija (2) 8. Predmet i metode istraživanja –ciljevi 1.dio -neposredni ciljevi. (2) 9. Predmet istraživanja: ciljevi –2.dio posredni ciljevi. (2) 10. Transformacijski proces –1. dio -karakteristična stanja. (2) 11. Transformacijski proces –2. dio karakteristični postupci. (2) 12. Transformacijski proces –3. dio -opći formalni model i definicije komponenata modela kineziološkog transformacijskog procesa. (2) 13. motorički sadržaji i aktivnosti –motoričko ponašanje, motorička kontrola, motorička znanja, motoričko učenje. (2) 14.Kriteriji razvrstavanja kinezioloških (sportskih) aktivnosti i sadržaja 15. Okolinski uvjeti, objekti, oprema i pomagala. (2) 16. Principi, svrha i metode kineziologijskih istraživanja: teorijski i/ili empirijski (eksperimentalni) pristup istraživanjima, osnovna struktura i faze istraživanja (2) 17. Principi, svrha i metode kineziologijskih istraživanja: osnovne metode istraživanja, publiciranje i vidovi prisutnosti i dostupnosti rezultata znanstvenog i stručnog rada (2) 18. Problem mjerljivosti i kineziološke pojave: individualne razlike i mjerljivost manifestnih obilježja motoričkog ponašanja (2)

	19. Problem mjerljivosti i kineziološke pojave: koncept i sub segmenti psihosomatskog statusa i i metodologija za njegovo određivane (2) 20. Sistemskipristup kineziološkim pojavama. Upravljivost kineziološkim transformacijskim procesom. (2) 21. Činioci i faze upravljanog procesa vježbanja. Faze pred pripreme, planiranja i programiranja, provedbe, kontrole i vrednovanje efekata kineziških transformacija. (2) 22. Suvremeno civilizacijsko opredjeljenje (deklaracije) u odnosu aktivni kineziološki angažman (tjelesnu aktivnost i sport);Internacionalni i nacionalni oblici i modaliteti organiziranja povezani s promicanjem aktivnog kineziološkog angažmana. (2) **Seminari** 1. Formiranje grupa i organizacija rada i formiranje osnovne baze podataka o sudjelovanju na seminaru (1) 2. Osobni razlozi i motivacija za upis na studij: Esej –slobodna forma pismenog izražavanja (2) 3. Procjena izdržljivosti (2400 m na atletskoj stazi) -organizacija i provedba terenskog mjerenja motoričkog ponašanja u situacijskim uvjetima (2) 4. Osnovni činioci izdržljivosti, teorijski rad temeljem izvora iz literature; upitničko prikupljanje podataka o razini postignuća u sportu, razini angažmana kineziološkim aktivnostima, preferencije sportova. (2) 5. Antropološka obilježja i motoričko ponašanje. (2) 6. Individualne i grupne razlike u razini angažmana u kineziološkim aktivnostima, razini postignuću u sportu i preferencijamasportova. (2) 7. Usporedba i kovariranje individualnih razlika. (2)8. Povezanost morfoloških, motoričkih i funkcionalnih obilježja i uspjeha u sportu. (2)
Obveze studenata	

Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	25 %	1,5	pismeni ispit	25%	1.5
	seminarski rad	17%	1,0	usmeni ispit	17%	2,0
	praktični rad	16%	1,0	ukupno	**6.0 ECTS**	

Obvezna literatura	1. Prskalo, I., Sporiš, G. (2016), *Kineziologija*, Zagreb: Školska knjiga, Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu 2. Jurko, D., Čular, D., Badrić, M. i Sporiš, G. (2015), *Osnove kineziologije*, Zagreb: Sportska knjiga 3. Jukić, I., Vučetić, V., Aračić, M., Bok, D., Dizdar,D., Sporiš, G., Križanić, A., (2008) *Dijagnostika kondicijske pripremljenosti vojnika: osnove dijagnostičkih postupaka za praćenje i provjeravanje te kontrolu razine treniranosti vojnika*, Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Kineziološki fakultet.
Dopunska literatura	1. Brooks, A. G. (1981). Perspectives on the academic discipline of physical education. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers, Inc.
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.

OSNOVNE KINEZIOLOŠKE TRANSFORMACIJE (150062)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Luka Milanović**	
kancelarija		40/2	
konzultacije			
e-mail		luka.milanovic@kif.hr	
telefon			
nastavnik predmeta		**prof. dr. sc. Igor Jukić**	
kancelarija		124	
konzultacije			
e-mail		igor.jukic@kif.hr	
telefon		+38513658724	
nastavnik		**izv. prof. dr. sc. Saša Vuk**	
kancelarija		40/3	
konzultacije		prema dogovoru e-mailom	
e-mail		sasa.vuk@kif.hr	
telefon		+38513658603	
nastavnica		**izv. prof. dr. sc. Maja Horvatin**	
kancelarija		40/4	
konzultacije		prema dogovoru mailom ili osobno na fakultetu	
e-mail		maja.horvatin@kif.hr	
telefon		+385013658606	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	obvezan
semestar	I.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja	Veliki amfiteatar + dvorana		
način izvođenja nastave	75 sati = 45P+30V Izvedbeni sati 28P*	očekivani broj studenata na predmetu	167
ciljevi predmeta	Cilj predmeta jeomogućiti studentima stjecanje teoretskih ipraktičnih znanja o osnovnim transformacijskim postupcima, općim biotičkim motoričkim znanjima usmjerenih prema transformaciji motoričkih i funkcionalnih sposobnosti i morfoloških karakteristika kod osoba različite dobi,spola, razine treniranosti i vještine		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti/ce će biti sposobni -na temelju samostalnog mjerenja i procjene razine općih motoričkih znanja i motoričkih sposobnosti; kreirati i provoditi transformacijske postupke za razvoj i održavanje primarnih motoričkih i funkcionalnih sposobnosti i morfoloških karakteristika kod zdravih osoba različite dobi, spola, razine tjelesne aktivnosti i vještine u području sporta i sportske rekreacije..		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti/ce će nakon odslušanog i položenog ispita biti u stanju razumjetibiološke zakonitosti razvoja morfoloških i funkcionalnih svojstava čovjeka, temeljne odnose između motoričkih i funkcionalnih sposobnosti i morfoloških obilježja, te koristitiosnovne metodičke značajke za njihovo unaprjeđenje, izradom i provođenjemtransformacijskih programa..		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen	**Teorijska predavanja(15P)** -Terminologija (2P) -Formalni model transformacijskih procesa i značajke (2P)		

prema satnici nastave	-Značajke transformacijski operatora –sadržaji (2P) -Značajke transformacijski operatora –metode i opterećenja (2P) -Struktura i transformacije motoričkih sposobnosti (2P) -Razvoj aktivne mišićne mase (2P) -Redukcija potkožnog masnog tkiva (1P) -Osnove razvoja aerobnih funkcionalnih sposobnosti (2P) **Teorijsko-praktična predavanja(30TPP) i vježbe(30V)** -Kineziološka i antropološka obilježja prirodnih oblika kretanja (2TPP + 2V) -Kineziološka i antropološka obilježja kretnih struktura pogodnih za razvoj fleksibilnosti (2TPP + 2V) -Kineziološka i antropološka obilježja kretnih struktura pogodnih za razvoj ravnoteže i preciznosti (2TPP + 2V) -Kineziološka i antropološka obilježja kretnih struktura pogodnih za razvoj brzine(2TPP + 2V) -Kineziološka i antropološka obilježja kretnih struktura pogodnih za razvoj koordinacije i agilnosti(2TPP + 2V) -Kineziološka i antropološka obilježja kretnih struktura pogodnih za razvoj jakosti i snage(2TPP + 2V) -Organizacijski oblici i forme rada (2TPP + 2V) -Organizacija i mjerenje motoričkih, funkcionalnih i morfoloških karakteristika (2TPP + 2V) -Kineziološka i antropološka obilježja kretnih struktura pogodnih za razvoj aktivne mišićne mase (2TPP + 2V) -Kineziološka i antropološka obilježja kretnih struktura pogodnih za redukciju potkožnog masnog tkiva (2TPP + 2V) -Modeliranje metodičkih postupaka za razvoj aktivne mišićne mase i redukciju potkožnog masnog tkiva (2TPP + 2V). -Kineziološka i antropološka obilježja kretnih struktura pogodnih za razvoj aerobnih funkcionalnih sposobnosti (2TPP + 2V). -Kineziološka i antropološka obilježja kretnih struktura pogodnih za razvoj anaerobnih funkcionalnih sposobnosti (2TPP + 2V). -Modeliranje metodičkih postupaka za razvoj funkcionalnih sposobnosti (2TPP + 2V). -Planiranje i programiranje postupaka za razvoj funkcionalnih sposobnosti i redukciju potkožnog masnog tkiva (2TPP + 2V)
Obveze studenata	.

Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	14%	1	pismeni ispit	28%	2	Usmeni ispit	58%	4
							ukupno	**7.0 ECTS**	

Obvezna literatura	1. Sekulić, D., M. Metikoš (2007). *Uvod u Osnovne Kineziološke Transformacije – Osnove transformacijskih postupaka u kineziologiji.* Split: Sveučilište u Splitu, Fakultet prirodoslovno – matematičkih znanosti i kineziologije. http://www.kifst.unist.hr/~dado/index_files/OKT_gray_02-11-2010.pdf 2. Horvatin, M. (2017). *Nazivlje osnovnih položaja, pokreta i kretnji.* (Priručnik) https://www.kif.unizg.hr/_download/repository/Maja_Horvatin_-_NAZIVLJE_OSNOVNIH_POLOZAJA_POKRETA_I_KRETNJI.pdf 3. Metikoš, D., E. Hofman, F. Prot, Ž. Pintar, G. Oreb (1989). *Mjerenje bazičnih motoričkih dimenzija sportaša.* Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu. 4. Jukić I., G. Marković (2005). *Kondicijske vježbe s utezima.* Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.

Dopunska literatura	1. Beachle, T., Earle, RW. (2008). Essentials of Strength Training and Conditioning. Human Kinetics, Champaign, IL., USA. 2. Bompa, T.O. (2005). *Cjelokupan trening za mlade pobjednike.* Zagreb: Gopal. 3. Siff, M. (2000). Supertraining. Denver, USA. 4. Željaskov, C. (2004). Kondicioni trening vrhunskih sportista. Sportska akademija, Beograd 5. Malina, R.M., Bouchard, C. (1991). Growth, Maturation and Physical Activity. Champaign, Il, Human Kinetic.
Način praćenja kvalitete	Redovito praćenje aktivnog sudjelovanja studenata na cjelokupnoj nastavi predavanjima, seminarskoj nastavi i vježbama

PEDAGOGIJA (123690)

nositelj predmeta		**doc.dr. Ana Žnidarec Čučković**	
kancelarija			
konzultacije		Prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		ana.znidarec.cuckovic@kif.hr	
telefon		+38513658741	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	obvezan
Semestar	I.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5.0 ECTS
mjesto izvođenja	Veliki amfiteatar		
način izvođenja nastave	60 sati = P 45+ 8S+ 7V) Izvedbeni sati 22P*	očekivani broj studenata na predmetu	167
ciljevi predmeta	Studenti će kroz nastavu stjecati znanja o ciljevima, zadacima, sadržajima i metodama odgojnog djelovanja kao i umijeća za njihovu primjenu u ostvarivanju trenažnog procesa u sportskim i sportsko-rekreacijskim aktivnostima. Razvijat će vještine važne za kvalitetni osobni i sportski razvoj pojedinaca. Stjecat će znanja i vještine kvalitetnog komuniciranja s roditeljima, kolegama te gospodarskim, društvenim i sportskim čimbenicima u društvenoj zajednici.Uočavajući multistrukturalnost i multikauzalnost odgojnog procesa studenti će spoznati nužnost stvaranja i njegovanja pozitivnog odgojno-obrazovnog ozračja kao preduvjeta za uspješno trenersko djelovanje. Neke od profesionalnih kompetencija sportskog trenera moći će praktično primijeniti u praksi i osobnom razvoju.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	• Stručna znanja o povijesnim čimbenicima razvoja sporta. • Temeljna znanja iz društveno-humanističkih znanstveno-nastavnih disciplina o psihološko-pedagoško-sociološkim čimbenicima procesa tjelesnog vježbanja i poučavanja.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	•Studenti će moći pravilno definirati i interpretirati temeljne pojmove iz područja pedagogijskih znanosti te ih pravilno koristiti u pedagoškoj komunikaciji i pedagoškoj praksi •Kompetentnost za poticanje cjelovitog razvoja sudionika u sportsko-rekreacijskim aktivnostima uvažavajući njihove razvojne osobitosti i pravo na različitost. •Kompetentnost u primjeni znanja i vještina iz područja pedagogijskih znanosti sa svrhom lakšeg snalaženja u konkretnim sportskim, sporstko-rekreacijskim i drugim životnim situacijama, za komuniciranje s roditeljima i lokalnom zajednicom (sportskim klubovima, rekreacijskim središtima...). •Osposobljenost za ostvarivanje profesionalne uloge i odgovornosti trenerskog poziva za optimalan razvoj sudionika u sportsko-rekreacijskim programima •Osposobljenost za provođenje refleksije, evaluacije i samoevaluacije vlastitog profesionalnog djelovanja •Osposobljenost za planiranje odgojnog djelovanja na temelju konkretnih, jasnih, pozitivnih, mjerljivih i ostvarivih ciljeva usklopu sportskih i sportsko-rekreativnih aktivnosti. •Osposobljenost za shvaćanje, prihvaćanje i provođenje afektivnih ciljeva: osjetljivost za socijalne probleme; kritičko vrednovanje i usvajanje sustava vrijednosti (podržavanje demokratskih sloboda i odgovornosti, osobnih jakih i slabih strana...); samopoštovanje i poštovanje drugih i drugačijih...; primjenjivanje etičkih standarda u trenerskom profesionalnom djelovanju.		

	•Kompetentnost za primjenu učinkovitih odgojnih sredstava usmjeravanja: savjeta, primjera, stvaranja ideala, dnevni red, igara i rada kao odgojnih sredstava, kulturne razonode i dr. •Osposobljenost za stjecanje i korištenje odlika uspješnog trenera: fleksibilnosti, empatičnosti, kreativnosti, kongruentnosti u interpersonalnoj komunikaciji, stručnosti, savjesnosti, odgovornosti, osjetljivosti, ležernosti, smislu za humor, samopoštovanju, samoostvarenju i samoregulaciji
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja, seminari, vježbe 1.Svrha, predmet i zadaci pedagogije; Društveno-povijesna dimenzija pedagogije (3P) 2.Komunikacija u odgoju i obrazovanju (6P) 3.Moć i granice odgoja (3P) 4.Proces i subjekti odgoja (6P) 5.Odgojni ciljevi (3P) 6.Stilovi odgoja (6P) 7.Odgojni autoriteti (3P) 8.Temeljna odgojna područja (tjelesni, intelektualni, moralni, socijalno -emocionalni, radni odgoj) (3P) 9.Područja ostvarivanja odgoja (odgoj u obitelji, predškolski odgoj, odgoj u školi, sportskom klubu) (3) 10. Odgojne metode , oblici i postupci (3P) 11.Samoodgoj (optimizam, sreća) (3P) 12. Odgoj pozitivnih osobina (3P) Seminari: Sadržaji seminara prate sadržaje predavanja.
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi

Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	30%	2	pismeni ispit	40%	2
	seminarski rad	30%	1	usmeni ispit		~~2~~
				ukupno	**5.0 ECTS**	

Obvezna literatura	1. Miljković, D. (2009.). Pedagogija za sportske trenere. Zagreb: Društveno veleučilište i Kineziološki fakultet 2. Bratanić, M. (2002.). Paradoks odgoja. Zagreb: Hrv. sveučilišna naklada
Dopunska literatura	1. Miljković, D., Rijavec M. (2009.). Razgovori sa zrcalom. Zagreb: IEP-D2. 2. Miljković, D., Rijavec M. (2004.). Tri puta do otoka sreće. Zagreb: IEP-D2. 3. Rijavec, M., Miljković, D. (2006.). Tko su dobri ljudi. Zagreb: IEP-D2. 4. Silov, M. (2003.). Pedagogija. Zagreb: Persona.
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.

SPECIJALISTIČKI PREDMET smjera KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA - ANALIZA KONDICIJSKE PRIPREME SPORTAŠA I (146393)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Daniel Bok**	
Kancelarija			
Konzultacije		srijedom u 13:00	
e-mail		daniel.bok@kif.hr	
Telefon		+38513658640	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	I.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	Veliki amfiteatar		
način izvođenja nastave	30(15P + 15V)	očekivani broj studenata na predmetu	92
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje znanja o osnovama kondicijske pripreme i odnosima antropoloških obilježja sportaša i sportske aktivnosti.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju razumjeti strukturu kondicijske pripreme i ulogu kondicijske pripreme sportaša u procesu integralne sportske pripreme kao i odnose između antropološkog statusa sportaša i programa kondicijske pripreme.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - analizirati strukturu kondicije pripreme - analizirati programe kondicije pripreme - analizirati ulogu kondicijske pripreme u prostoru integralne kondicijske pripreme - analizirati odnose između antropoloških obilježja sportaša i sportske aktivnost.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Povijest kondicijske pripreme u Svijetu (1P+1V) 2. Povijest kondicijske pripreme u Hrvatskoj (2P+2V) 3. Udruga kondicijskih trenera Hrvatske i National Strength and Conditioning Association (2P+2V) 4. Struktura kondicijske pripreme (2P+2V) 5. Vrste i programi kondicijske pripreme (2P+2V) 6. Integrativni karakter kondicijske pripreme (2P+2V) 7. Antropološka analiza sadržaja kondicijske pripreme (jednadžba specifikacije) (2P+2V)		
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, pisanje seminara i polaganje ispita		

Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	11%	0,2			
	seminarski rad	33%	0,6	usmeni ispit	56%	1,2
				ukupno	**2.0 ECTS**	

Obvezna literatura	1. Jukić, I., Marković, G. (2003). Kondicijske vježbe s utezima. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. Bok, D. (2019). Analiza sadržaja i trenažnih programa u kondicijskoj pripremi sportaša: zašto je akutna reakcija važna. U L. Milanović, V. Wertheimer, I. Jukić (ur.), *Zbornik*

	radova 17. godišnje međunarodne konferencije "Kondicijska priprema sportaša" (str. 53-62). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Udruga kondicijskih trenera Hrvatske. 3. Bok, D. (2019). Visoko-intenzivni intervalni trening: čaroban trening za zdraviji život. *Medicus, 28*, 155-165. 4. Bok, D. (2021). Dinamika akutnog odgovora na različita opterećenja. U L. Milanović, V. Wertheimer, I. Jukić (ur.), *Zbornik radova 19. godišnje međunarodne konferencije "Kondicijska priprema sportaša"* (str. 35-46). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Udruga kondicijskih trenera Hrvatske. 5. Sekulić, D., Metikoš, D. (2007). Osnove transformacijskih postupaka u kineziologiji. Sveučilište u Splitu, Fakultet prirodoslovno-matematičkih znanosti i kineziologije (sveučilišni udžbenik) 6. Bok, D. (2022). Energetska analiza kondicijskih programa. U L. Milanović, V. Wertheimer, I. Jukić, I. Krakan (ur.), Zbornik radova 20. godišnje međunarodne konferencije "Kondicijska priprema sportaša" (str. 16-33). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Udruga kondicijskih trenera Hrvatske.
Dopunska literatura	1. Laursen, P. & Buchheit, M. (2019). *Science and application of high-intensity interval training: Solutions to the programing puzzle*. Champaign, IL: Human Kinetics.
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa

SPECIJALISTIČKI PREDMET smjera FITNESS – METODIKA TRENINGA FITNESA 1 (146387)

Nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Saša Vuk**	
Kancelarija		40/3	
Konzultacije		prema dogovoru e-mailom	
e-mail		sasa.vuk@kif.hr	
Telefon		+38513658603	
Vanjski suradnik		Bruno Damjan, mag.cin.	
e-mail		bruno.damjan@kif,hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
semestar	I.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	4.0 ECTS
mjesto izvođenja	Mali amfiteatar		
način izvođenja nastave	40 sati = 20P + 20V	očekivani broj studenata na predmetu	29
ciljevi predmeta	Predstaviti temeljnu podjelu sadržaja (vježbi) i metoda rada u području treninga s otporom. Usvajanje i usavršavanje osnovne i naprednih tehnika izvedbe vježbi s otporom;Usvajanje i usavršavanje metodičkih postupaka poučavanja i vježbanja u treningu s otporom; Usvajanje osnovnih sigurnosnih principa u treningu s otporom; usvajanje i usavršavanje osnovnih i izvedenih organizacijskih oblika rada u treningu s otporom.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	- Sposobnost neovisnog kritičkog promišljanja i rješavanja praktičnih kineziioloških problema; - Sposobnost poučavanja osoba različite dobi, spola, razine tjelesne aktivnosti i vještine općim motoričkim znanjima; - Sposobnost planiranja, programiranja i provođenja transformacijskih procesa u područjima primijenjene kineziologije; - Sposobnost promoviranja tjelesnogvježbanja u funkciji unaprjeđenja i očuvanja zdravlja osoba različite dobi, spola i razine tjelesne aktivnos		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušanog i položenog predmeta studenti će: - znati učinkovito i sigurno poučavati zdrave osobe različite dobi, spola i razine tjelesne aktivnosti osnovnim tehnikama izvedbe vježbi s otporom; - optimalne sadržaje i metode vježbanja u treningu fitnesa zdravih osoba s ciljem 1) razvoja/održavanja mišićno-motoričke sastavnice fitnesa (posebice jakosti i snage) te 2) izazivanja poželjnih morfoloških transformacija; - razumjeti i znati uspješno primjenjivati temeljne principe sigurnosti i asistiranja u treningu s otporom; razumjeti specifičnost odabira sadržaja i metoda rada u treningu s otporom obzirom na tjelesno držanje i tjelesnu građu zdravih osoba		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja i vježbe: - Povijesni pregled, definicije i struktura jakosti i snage (1P + 1V) - Principi i vrste treninga jakosti i snage (3P + 3V) - Vježbe s otporom –trenažeri (8P + 8V)		

	- Vježbe s otporom –dvoručni utezi (8P + 8V					
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave; aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu; polaganje kolokvija.					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	25%	1	kolokviji	50%	2
	praktični rad	25%	1		ukupno	4.0 ECTS
Obvezna literatura	1. Vuk, S. (2022). Osnove treninga s otporom. Zagreb, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. Zatsiorsky, V.M., Kraemer, W.J. (2010). Znanost i praksa u treningu snage. Datastatus, Beograd.					
Dopunska literatura	1. Marković, G., Bradić, A. (2008). Nogomet –integralni kondicijski trening. TVZ, Zagreb. 2. Howley, E., Franks, B.D. (2007). Fitness Professional's Handbook, Champaign, IL., USA					
Način praćenja kvalitete	Redovito praćenje aktivnosti studenata na predavanjima, seminarskoj nastavi i vježbama te kontinuirano provođenje testiranja kroz semestar (kolokviji). Krajem semestra bit će napravljena evaluacija predmeta i nastavnika koji rade na predmetu. Evaluacija nastavnika pomoći će i za unapređenje njihovog rada. Sveučilišna studentska anket.					

SPECIJALISTIČKI PREDMET smjera SPORTSKA REKREACIJA – SPORTSKA REKREACIJA 1 (146400)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Danijel Jurakić**	
Kancelarija		117	
Konzultacije		srijedom od 13.30 do 14.30	
e-mail		danijel.jurakic@kif.hr	
Telefon		+38513658656	
Nastavnik		**izv. prof. dr. sc. Drena Trkulja - Petković**	
Kancelarija		119	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-pošte	
e-mail		drena.trkulja-petkovic@kif.hr	
Telefon		+38513658719	
Vanjski suradnik		Maja Vukelja, mag.cin	
e-mail		maja.vukelja@kif.hr	
studijski program	preddiplomski stručni studij za izobrazbu trenera	status predmeta	specijalistički
Semestar	I.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	Veliki amfiteatar		
način izvođenja nastave	30(15P + 15V)	očekivani broj studenata na predmetu	9
ciljevi predmeta	Cilj je ovog predmeta upoznavanje studenata s općom problematikom vezanom za mogućnosti zaštite i unapređenja zdravlja različitih populacija programima sportske rekreacije. Osim upoznavanja s temeljnim načelima primjene biti će upućeni u načine i mogućnostioblikovanja programa sportske rekreacije u svrhu humanizacije života i kvalitetnog slobodnog vremena. Studenti će se osposobiti za utvrđivanje temeljnih kriterija primjene različitih vrsta programa sportske rekreacije za različite potrebe(građanstvo, turisti).		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Poznavanje temeljnih principa rada u sportskoj rekreaciji u različitim uvjetima i za različite potrebe sa svrhom i ciljem očuvanja unapređenja zdravlja sudionika. Poznavanje temeljnih principa rada u sportskoj rekreaciji u različitim uvjetima i za različite potrebe sa svrhom i ciljem očuvanja unapređenja zdravlja sudionika. Rad u timu sa stručnjacima iz drugih područja		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - objasniti utjecaj sportsko-rekreacijskih programa u zaštiti i unapređenju zdravlja; - integrirati temeljna znanja iz kineziologije i praktično ih primijeniti; - primijeniti metode poštujući načela sportske rekreacije za različite potrebe (turizam, slobodno vrijeme); - analizirati i prepoznati kriterije za implementaciju programa u praksi - surađivati s partnerima iz različitih disciplina u svrhu provedbe rekreacijskih programa		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen	Predavanja i vježbe		

prema satnici nastave	1. Opći pojmovi i podjela sportske rekreacije prema područjima, interdisciplinarnost i pozicioniranje sportske rekreacije u odnosu na kineziologiju (2P+2V) 2. Definicije i podjela rekreacije, sportske rekreacije, kineziološke rekreacije (2P+2V) 3. Načela sportske rekreacije (2P+2V) 4. Ciljevi i funkcije sportske rekreacije (2P+2V) 5. Programi i sadržaji sportske rekreacije i njihova podjela prema vrsti i namjeni (2P+2V) 6. Sportska rekreacija u funkciji unapređenja radnih i profesionalnih sposobnosti (2P+2V) 7. Obilježja rada, umora, odmora i oporavka (modeli tjelesnog vježbanja za potrebe djelatnika) (2P+2V) 8. Sistematizacija sportske rekreacije u slobodnom vremenu, prema strukturi sudionika, mjestu, vremenu, načinu provedbe i ciljevima (1P+1V)					
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	50%	1	usmeni ispit	50%	1
				ukupno		**2.0 ECTS**
Obvezna literatura	1. Andrijašević, M. (2010). Kineziološka rekreacija. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagreb 2. Andrijašević, M. i D. Jurakić (ur), (2010). Kineziološki sadržaji i društveni život mladih. Zagreb: Kineziološki fakultet 3. Jurakić, D., Andrijašević, M. (2021) Skripta - Odabrana poglavlja iz kineziološke rekreacije. Zagreb: Kineziološki fakultet.					
Dopunska literatura	1. Andrijašević, M., Jurakić, D (ur) (2011). Sportska rekreacija u funkciji unapređenja zdravlja. Zagreb: Kineziološki fakultet 2. Andrijašević, M. (ur.) (2009). Upravljanje slobodnim vremenom sadržajima sporta i rekreacije. Zagreb: Kineziološki fakultet. 3. Corbin, B. C., Lindsey, R., Welk, I. G., Corbin, R. W. (2002). Concepts of fitness and wellness. New York, USA: Mc Graw Hill Companies 4. Andrijašević, M., Bartoluci, M., Cetinski, V., Čepelak, R., Fox, J., Ivanišević, G., Jadrešić, V., Keros, P., Peršić, M., Ravkin, R. (1999). Animacija u hotelijersko-turističkoj ponudi. Opatija: Hrvatska udruga hotelijera i restoratera, Vološćansko grafičko poduzeće					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa					

RASPORED SATI I. SEMESTRA ak. god. 2023./2024.

RASPORED SATI za 1. SEMESTAR (RPSSIT) akademska godina 2023./24. (vrijedi od 2.10. 2023.)

Dan	PONEDJELJAK		UTORAK		SRIJEDA		ČETVRTAK		PETAK	
Specijalistički	Fitnes+ REK	KPS	Fitnes+ REK	KPS	Fitnes+ REK	KPS	Fitnes+ REK	KPS	Fitnes+ REK	KPS
Grupa seminari	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
8:00 – 9.30		VJ GR KPS OKT (45+0+30) 15 tj. Hrvačka dvorana	FITNES Metodika treninga fitnessa 1 (20+0+20) 10 tj. (Teretana)				OSNOVNE KINEZIOLOŠKE TRANSFORMACIJE (TP) (45+0+30) 8 tj. A2		OSNOVNE KINEZIOLOŠKE TRANSFORMACIJE (TP) (45+0+30) 15 tj. dvorana C - 1/3 V. dvorana	
9.45 – 11.15	VJ GR FIT+REK OKT (45+0+30) 15 tj. Hrvačka dvorana	SEM GR KPS ANATOMIJA (sem) (36+24+0) 12 tj. P7	FITNES - Metodika treninga fitnesa I (20+0+20) 10 tjedana (Teretana)	KPS Analiz kond prip (15+0+15) (Sem) P5	SEM GR 1 FIT+ REK OSNOVE KINEZIOLOGIJE (45+15+0) 8 TJ P4			SEM GR 2 KPS OSNOVE KINEZIOLOGIJE (45+15+0) 8 TJ P11	SEM GR FIT+REK PEDAGOGIJA (sem/vj) (45+8+7) 4/3 tjedna P5	
11.30 – 13.00	FUNKCIONALNA ANATOMIJA (TP) (36+24+0) 15 tj. A2		FUNKCIONALNA ANATOMIJA (TP) (36+24+0) 3 tj.A2							SEM GR KPS PEDAGOGIJA (sem/vj) (45+8+7) 4/3 tjedna P5
13.30 – 15.00	SEM GR FIT+REK ANATOMIJA (sem) (36+24+0) 12 tj. P7		REKREACIJA - Sportska rekreacija I (15+0+15) 15 tjedana P12		FIZIOLOGIJA SPORTA I VJEŽBANJA (TP) (60+15+0). P3				PEDAGOGIJA (TP) (45+8+7) 15 tjedana P2	
15.15 – 16.45			OSNOVE KINEZIOLOGIJE (TP) (45+15+0) 15 tj. A2		FIZIOLOGIJA SPORTA I VJEŽBANJA (TP) (60+15+0). P3				PEDAGOGIJA (TP) (45+8+7) 8 tjedana P2	
17.00 – 18.30			OSNOVE KINEZIOLOGIJE (TP) (45+15+0) 8 tj. A2							

Napomene: FIZIOLOGIJA SPORTA I VJEŽBANJA - seminari će se održavati u dogovoru s predmetnim nastavnikom
PEDAGOGIJA- nastava započinje u drugom tjednu (13.10.)
OSNOVE KINEZIOLOGIJE- drugo blok nastave utorkom održavati će se prva 4 i zadnja 4 tjedna nastave.
PREDMETI SPECIJALNOSTI:

II. SEMESTAR

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Studijski smjer SPORT						
	Povijest, pravila i organizacija izabranog sporta		30			3
	Kineziološka analiza izabranog sporta		45	5	40	9
	Antropološka analiza u izabranom sportu		30	15		5
	Metodika 1		30		30	7
	Stručno-trenerska praksa 1				30	
		UKUPNO	**135**	**20**	**100**	**24**
Studijski smjer KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA						
146394	Analiza kondicijske pripreme sportaša II	izv. prof. dr. sc. Daniel Bok	30		15	7
146397	Metodika kondicijske pripreme I.	izv. prof. dr. sc. Luka Milanović	15		15	2
146398	Kondicijska priprema djece i mladih	izv. prof. dr. sc. Luka Milanović	45		45	10
146399	Stručno-trenerska praksa u KPS-u I	izv. prof. dr. sc. Luka Milanović			30	
		UKUPNO	**90**		**105**	**19**
Studijski smjer FITNES						
146388	Metodika treninga fitnesa II	izv. prof. dr. sc. Saša Vuk	40		40	9
146389	Mjerenje i procjenjivanje fitnesa	izv. prof. dr. sc. Saša Vuk	20		20	5
146390	Grupni fitnes programi I	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić	12		8	4
146391	Stručno-trenerska praksa fitnesa I	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić izv. prof. dr. sc. Saša Vuk			30	
		UKUPNO	**72**	**0**	**98**	**18**
Studijski smjer SPORTSKA REKREACIJA						
146401	Metodika sportske rekreacije u turizmu I	izv. prof. dr. sc. Drena Trkulja Petković	40	10	10	6
146404	Sportsko rekreacijska medicina	izv.prof. dr. sc. Marija Rakovac	60			6
146403	Sportska rekreacija II	izv. prof. dr. sc. Danijel Jurakić	30	0	15	8
146405	Stručno-trenerska praksa u sportskoj rekreaciji I	izv. prof. dr. sc. Danijel Jurakić			30	
		UKUPNO	**130**	**10**	**55**	**20**
Šifra predmeta	**IZBORNI PREDMETI**	**NOSITELJ**	**Opterećenje**			**ECTS bodovi**
			P	**S**	**V**	
Studijski smjer SPORT						
	Izborni predmet I		15	15	0	2
	Izborni predmet/sport I		9	18	18	3
		UKUPNO	**24**	**33**	**18**	**5**
Studijski smjer KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA						
	Izborni predmet I		15	15	0	2

	Izborni predmet/sport I		9	18	18	3
	Izborni predmet/sport II		9	18	18	3
		UKUPNO	**33**	**51**	**36**	**8**
Studijski smjer FITNES						
	Izborni predmet I		15	15	0	2
	Izborni predmet II		15	15	0	2
	Izborni predmet/sport I		9	18	18	3
		UKUPNO	**39**	**48**	**18**	**7**
Studijski smjer SPORTSKA REKREACIJA						
	Izborni predmet I		15	15	0	2
	Izborni predmet II		15	15	0	2
	Izborni predmet/sport I		9	18	18	3
		UKUPNO	**39**	**48**	**18**	**7**

SMJER - KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA – II. SEM

Šifra predmeta	PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
Smjer KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA						
146394	Analiza kondicijske pripreme sportaša II	izv. prof. dr. sc. Daniel Bok	30		15	7
146397	Metodika kondicijske pripreme I.	izv. prof. dr. sc. Luka Milanović	15		15	2
146398	Kondicijska priprema djece i mladih	izv. prof. dr. sc. Luka Milanović	45		45	10
146399	Stručno-trenerska praksa kondicijske pripreme sportaša I	izv. prof. dr. sc. Luka Milanović			30	
		UKUPNO	**90**	**0**	**75**	**19**

ANALIZA KONDICIJSKE PRIPREME SPORTAŠA II (146394)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Daniel Bok**			
Kancelarija					
Konzultacije		srijedom u 13:00			
e-mail		daniel.bok@kif.hr			
Telefon		+38513658640			
studijski program	Stručni studij	status predmeta		specijalistički	
Semestar	II.	godina studija		I.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost		7.0 ECTS	
mjesto izvođenja	Veliki amfiteatar				
način izvođenja nastave	45(30P + 15V)	očekivani broj studenata na predmetu		92	
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje znanja o analizi sadržaja kondicijskog treninga te o analizi sportske aktivnosti u funkciji kondicijske pripreme.				
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju razumjeti i provesti analitičke postupke sadržaja kondicijske pripreme i pojedinih sportskih aktivnosti sa svrhom konačnog oblikovanja kondicijske pripreme sportaša različite dobi, spola, razine treniranosti i ranga natjecanja.				
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - analizirati sadržaje kondicijske pripreme s kineziološkog stanovišta - analizirati sadržaje kondicijske pripreme s antropološkog stanovišta - analizirati sportsku aktivnost u funkciji metodičkog i programskog oblikovanja kondicijske pripreme - povezati rezultate analize s oblikovanjem kondicijske pripreme				
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Kineziološka analiza (osnove strukturalne, biomehaničke i anatomske analize) (2P+1V) 2. Kineziološka analiza (osnove fiziološke, energetske i informacijske analize) (2P+1V) Udruga kondicijskih trenera Hrvatske i National Strength and Conditioning Association (2P+2V) 3. Kineziološka analiza sadržaja za razvoj i održavanje snage (2P+1V) 4. Kineziološka analiza sadržaja za razvoj i održavanje jakosti (2P+1V) 5. Kineziološka analiza sadržaja za razvoj i održavanje aerobne izdržljivosti (2P+1V) 6. Kineziološka analiza sadržaja za razvoj i održavanje anaerobne izdržljivosti (2P+1V) 7. Kineziološka analiza sadržaja za razvoj i održavanje brzine (2P+1V) 8. Kineziološka analiza sadržaja za razvoj i održavanje agilnosti (2P+1V) 9. Kineziološka analiza sadržaja za razvoj i održavanje koordinacije (2P+1V) 10. Kineziološka analiza sadržaja za razvoj i održavanje fleksibilnosti (2P+1V) 11. Kineziološka analiza sadržaja za razvoj i održavanje voluminoznosti i mase tijela (2P+1V) 12. Kineziološka analiza sadržaja za smanjenje potkožnog masnog tkiva (2P+1V) 13. Kineziološka analiza sporta u funkciji dizajniranja kondicijske pripreme (2P+1V) 14. Antropološka analiza sporta u funkciji dizajniranja kondicijske pripreme (2P+1V) 15. Analiza trenažne povijesti u funkciji dizajniranja kondicijske pripreme (2P+1V)				
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, pisanje seminara i polaganje ispita				
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	11%	1		
	seminarski rad	33%	2	usmeni ispit	56%	4
				ukupno	**7.0 ECTS**

Obvezna literatura	1. Jukić, I., Marković, G. (2003). Kondicijske vježbe s utezima. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. Bok, D. (2019). Analiza sadržaja i trenažnih programa u kondicijskoj pripremi sportaša: zašto je akutna reakcija važna. U L. Milanović, V. Wertheimer, I. Jukić (ur.), *Zbornik radova 17. godišnje međunarodne konferencije "Kondicijska priprema sportaša"* (str. 53-62). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Udruga kondicijskih trenera Hrvatske. 3. Bok, D. (2019). Visoko-intenzivni intervalni trening: čaroban trening za zdraviji život. *Medicus, 28*, 155-165. 4. Bok, D. (2021). Dinamika akutnog odgovora na različita opterećenja. U L. Milanović, V. Wertheimer, I. Jukić (ur.), *Zbornik radova 19. godišnje međunarodne konferencije "Kondicijska priprema sportaša"* (str. 35-46). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Udruga kondicijskih trenera Hrvatske. 5. Bok, D. (2020). Praćenje opterećenja u treningu izdržljivosti. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu (interna literatura dostupna na Merlinu) 6. Sekulić, D., Metikoš, D. (2007). Osnove transformacijskih postupaka u kineziologiji. Sveučilište u Splitu, Fakultet prirodoslovno-matematičkih znanosti i kineziologije (sveučilišni udžbenik) 7. Bok, D. (2022). Energetska analiza kondicijskih programa. U L. Milanović, V. Wertheimer, I. Jukić, I. Krakan (ur.), Zbornik radova 20. godišnje međunarodne konferencije "Kondicijska priprema sportaša" (str. 16-33). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Udruga kondicijskih trenera Hrvatske.
Dopunska literatura	1. Laursen, P. & Buchheit, M. (2019). Science and application of high-intensity interval training: Solutions to the programing puzzle. Champaign, IL: Human Kinetics. 2. Bojić – Ćaćić, L. (2020). Priručnik za rukometne trenere. Rukomet u 21.stoljeću: Suvremeni pristup treniranju rukometa. Zagreb, Hrvatska olimpijska akademija, HRS.
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa

METODIKA KONDICIJSKE PRIPREME I. (146397)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Luka Milanović**			
Kancelarija		40/2			
Konzultacije					
e-mail		luka.milanovic@kif.hr			
Telefon					
nastavnik		**prof. dr. sc. Igor Jukić**			
Kancelarija		124			
Konzultacije					
e-mail		igor.jukic@kif.hr			
Telefon		+38513658724			
studijski program	Stručni studij	status predmeta		specijalistički	
Semestar	II.	godina studija		I.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost		2.0 ECTS	
mjesto izvođenja	Veliki amfiteatar				
način izvođenja nastave	30(15P + 15V)	očekivani broj studenata na predmetu		92	
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje znanja o oblikovanju metodičkih postupaka za razvoj stabilnosti i mobilnosti i unapređenje zdravstvenog statusa sportaša.				
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju: - Oblikovati metodičke postupke za razvoj i održavanje stabilnosti i mobilnosti sportaša.				
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Odabrati i primijeniti odgovarajuće sadržaje, metode i opterećenja za razvoj i održavanje mobilnosti sportaša - Odabrati i primijeniti odgovarajuće sadržaje, metode i opterećenja za razvoj i održavanje stabilnosti sportaša				
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Metodički postupci za razvoj i održavanje stabilnosti stopala (2P+2V) 2. Metodički postupci za razvoj i održavanje mobilnosti gležnja (2P+2V) 3. Metodički postupci za razvoj i održavanje stabilnosti koljena (3P+3V) 4. Metodički postupci za razvoj i održavanje mobilnosti kuka (4P+4V) 5. Metodički postupci za razvoj i održavanje stabilnosti trupa (2P+2V) 6. Metodički postupci za razvoj i održavanje stabilnosti lopatice i mobilnosti ramena (2P+2V)				
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, pisanje seminara i polaganje ispita				
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	12%	0,2		
	kolokviji	63%	1,2	usmeni ispit	25% 0,6
				ukupno	**2.0 ECTS**
Obvezna literatura	1. Milanović, D., Jukić, I. (ur.) (2003). Kondicijska priprema sportaša. Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, Zagreb 21-22.02.2003. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Zagrebački 2. Jukić, I., Šalaj, S., Gregov, C. (ur.) (2003-2011). Kondicijski trening.Stručni časopis za teoriju i metodiku kondicijske pripreme. Kineziološki fakultet, Zagreb. 3. Jukić, I., Marković, G. (2003). Kondicijske vježbe s utezima. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.				

Dopunska literatura	1. Beachle, T.R. i R.W. Earle (2000). Essentials of Strength and Conditioning. (2nd ed.). Champaign, Ill:Human Kinetics. 2. Jukić, I., Milanović, D. (ur.) (2004-2011). Kondicijska priprema sportaša, Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, Zagreb, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački sportski savez i Udruga kondicijskih trenera Hrvatske. 3. Bompa, T. (2005). Cjelokupan trening za mlade pobjednike, Gopal, Zagreb. 4. Boyle, M. (2010). Advances in Functional Training: Training Techniques for Coaches, Personal Trainers and Athletes. On Target Publications, USA. 5. Cook, G. (2010). Movement: Functional Movement Systems: Screening, Assessment, Corrective Strategies.E. Grayson Cook, USA.
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa

KONDICIJSKA PRIPREMA DJECE I MLADIH (146398)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Luka Milanović**	
Kancelarija		40/2	
Konzultacije			
e-mail		luka.milanovic@kif.hr	
Telefon			
nastavnik		**dr. sc. Asim Bradić, prof. v. š.**	
Kancelarija		40/5	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-maila ili osobno na fakultetu	
e-mail		asim.bradic@kif.unizg.hr	
Telefon		+38513658605	
nastavnik		**izv. prof. dr. sc. Sanja Šalaj**	
Kancelarija		194	
Konzultacije		Srijedom u 14:00 sati	
e-mail		sanja.salaj@kif.hr	
Telefon		+38513658779	
nastavnik		**izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić**	
Kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 7)	
Konzultacije		Konzultacije se održavaju svaku srijedu u 9:00.	
e-mail		vlatko.vucetic@kif.hr	
Telefon			
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	10.0 ECTS
mjesto izvođenja	Veliki amfiteatar		
način izvođenja nastave	90(45P + 45V)	očekivani broj studenata na predmetu	92
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje znanja o metodičkim i programskim posebnostima kondicijske pripreme djece i mladih.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju: - Metodički oblikovati kondicijski trening prilagođen bio-psiho-socijalnim karakteristikama razvoja djece i mladih. - Oblikovati kondicijski program treninga različitog trajanja za različite dobne skupine		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Razumjeti posebnosti bio-psiho-socijalnog razvoja djece i mladih - Metodički oblikovati kondicijski trening za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti morfoloških karakteristika djece i mladih - Programirati kondicijsku pripremu temeljem posebnosti rasta i razvoja djece i mladih - Oblikovati planove i programe dugoročnog kondicijskog rasta i razvoja djece i mladih		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Elementarne igre u funkciji razvoja motoričkih, funkcionalnih i morfoloških obilježja mladih sportaša (9P+9V). 2. Preventivni kondicijski programi kod različitih dobnih skupina. (9P+9V). 3. Posebnosti programiranja kondicijskog treninga kod mlađih dobnih skupina (9P+9V). 4. Dugoročna kondicijska priprema (9P+9V). 5. Oporavak u kondicijskoj pripremi mlađih dobnih skupina (9P+9V).)		

Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, pisanje seminara i polaganje ispita					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	1			
	seminarski rad	30%	6	usmeni ispit	60%	6
				ukupno	**10.0 ECTS**	
Obvezna literatura	1. Bompa, T. (2005). Cjelokupan trening za mlade pobjednike, Zagreb: Gopal. 2. Milanović, D., Jukić, I. (ur.) (2003). Kondicijska priprema sportaša. Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, Zagreb 21-22.02.2003. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Zagrebački sportski savez. 3. Jukić, I., Šalaj, S., Gregov, C. (ur.) (2003-2011). Kondicijski trening.Stručni časopis za teoriju i metodiku kondicijske pripreme. Kineziološki fakultet, Zagreb.					
Dopunska literatura	1. Beachle, T.R. i R.W. Earle (2000). Essentials of Strength and Conditioning. (2nd ed.). Champaign, Ill:Human Kinetics. 2. Jukić, I., Milanović, D. (ur.) (2004-2011). Kondicijska priprema sportaša, Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, Zagreb, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački sportski savez i Udruga kondicijskih trenera Hrvatske. 3. Bompa, T. (2005). Cjelokupan trening za mlade pobjednike, Gopal, Zagreb. 4. Boyle, M. (2010). Advances in Functional Training: Training Techniques for Coaches, Personal Trainers and Athletes. On Target Publications, USA. 5. Cook, G. (2010). Movement: Functional Movement Systems: Screening, Assessment, Corrective Strategies.E. Grayson Cook, USA.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa					

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA KONDICIJSKE PRIPREME SPORTAŠA I

(146399)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Luka Milanović**				
Kancelarija		40/2				
Konzultacije						
e-mail		luka.milanovic@kif.hr				
Telefon						
nastavnik		**dr. sc. Asim Bradić, prof. v. š.**				
Kancelarija		40/5				
Konzultacije		prema dogovoru putem e-maila ili osobno na fakultetu				
e-mail		asim.bradic@kif.unizg.hr				
Telefon		+38513658605				
studijski program	Stručni studij	status predmeta			obavezni	
Semestar	II.	godina studija			I.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost			0.0 ECTS	
mjesto izvođenja						
način izvođenja nastave	30(30V)	očekivani broj studenata na predmetu			92	
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.					
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.					
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: • Sudjelovati u praćenju i provedbi dijagnostičkih postupaka sportaša i rekreativaca u okviru svoje specijalnosti • Sudjelovanje u metodičkom oblikovanju trenažnoga rada za razvoj bazičnih i specifičnih sposobnosti i osobina • Sudjelovanje u metodičkom oblikovanju trenažnoga rada za stjecanje motoričkih znanja					
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	• Praćenje oglednih treninga koje provode treneri specijalisti (10V) • Praćenje i registracija parametara trenažnog rada u sportskim klubovima, fitnes centrima i centrima za kondicijsku pripremu i rekreacijskim centrima (10V) • Pomaganje, asistiranje u procesu sportske pripreme djece i mladih sportaša (10V)					
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, rješavanje problemskih zadataka.					
Praćenje rada studenata	praktični rad	100%				
				ukupno	**0.0 ECTS**	
Obvezna literatura						
Dopunska literatura						
Način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.					

SMJER – FITNES – II. SEM

Šifra predmeta	PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
Smjer FITNES						
146388	Metodika treninga fitnesa II	izv. prof. dr. sc. Saša Vuk	40		40	9
146389	Mjerenje i procjenjivanje fitnesa	izv. prof. dr. sc. Saša Vuk	20		20	5
146390	Grupni fitnes programi I	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić	12		8	4
	Izborni predmet I		15		15	2
	Izborni predmet II		15		15	2
	Izborni predmet/sport I		12	24	24	3
146391	Stručno-trenerska praksa fitnesa I	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić izv. prof. dr. sc. Saša Vuk			30	
		UKUPNO	**114**	**24**	**122**	**25**

METODIKA TRENINGA FITNESA II (146388)

Nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Saša Vuk**	
Kancelarija		40/3	
Konzultacije		prema dogovoru e-mailom	
e-mail		sasa.vuk@kif.hr	
Telefon		+38513658603	
Vanjski suradnik		**Bruno Damjan, mag.cin.**	
e-mail		bruno.damjan@kif,hr	
Vanjski suradnik		**Dorian Varović, mag. cin.**	
e-mail		dorian.varovic@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	9.0 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	80(40P + 40V)	očekivani broj studenata na predmetu	29
ciljevi predmeta	Predstaviti temeljnu podjelu sadržaja (vježbi) i metoda rada u području treninga s otporom. Usvajanje i usavršavanje osnovne i naprednih tehnika izvedbe vježbi s otporom; Usvajanje i usavršavanje metodičkih postupaka poučavanja i vježbanja u treningu s otporom; Usvajanje osnovnih sigurnosnih principa u treningu s otporom; usvajanje i usavršavanje osnovnih i izvedenih organizacijskih oblika rada u treningu s otporom..		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	• Sposobnost neovisnog kritičkog promišljanja i rješavanja praktičnih kineziioloških problema; • Sposobnost poučavanja osoba različite dobi, spola, razine tjelesne aktivnosti i vještine općim motoričkim znanjima;. • Sposobnost planiranja, programiranja i provođenja transformacijskih procesa u područjima primijenjene kineziologije; • Sposobnost promoviranja tjelesnog vježbanja u funkciji unaprijeđenja i očuvanja zdravlja osoba različite dobi, spola i razine tjelesne aktivnosti.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušanog i položenog predmeta studenti će: • znati učinkovito i sigurno poučavati zdrave osobe različite dobi, spola i razine tjelesne aktivnosti osnovnoj i naprednim tehnikama izvedbe vježbi s otporom; • znati odabirati optimalne sadržaje i metode vježbanja u treningu fitnesa zdravih osoba s ciljem 1) razvoja/održavanja mišićno-motoričke sastavnice fitnesa (posebice jakosti i snage) te 2) izazivanja poželjnih morfoloških transformacija; • razumjeti i znati uspješno primjenjivati temeljne principe sigurnosti i asistiranja u treningu s otporom; • razumjeti specifičnost odabira sadržaja i metoda rada u treningu s otporom s obzirom na tjelesno držanje i tjelesnu građu zdravih osoba..		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja i vježbe - Vježbe s otporom – jednoručni utezi (8P + 8V) - Vježbe s otporom – girje (8P + 8V) - Vježbe s otporom – dizanje utega klasičnim načinom (6P + 6V) - Vježbe s otporom – medicinke (4P + 4V) - Vježbe s otporom – vlastita tjelesna težina (6P + 6V) - Vježbe s otporom – elastični otpor (4P + 4V) - Metode i modaliteti rada u treningu s otporom (4P + 4V)		

Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, polaganje kolokvija.					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	1	pismeni ispit	40%	4
	kolokviji	25%	2	praktični rad	25%	2
				ukupno	**9.0 ECTS**	
Obvezna literatura	1. Jukić, I., Marković, G. (2005) Kondicijske vježbe s utezima. Kineziološki fakultet, Zagreb. 2. Zatsiorsky, V.M., Kraemer, W.J. (2010). Znanost i praksa u treningu snage. Datastatus, Beograd.					
Dopunska literatura	1. Marković, G., Bradić, A. (2008). Nogomet – integralni kondicijski trening. TVZ, Zagreb. 2. Howley, E., Franks, B.D. (2007). Fitness Professional's Handbook, Champaign, IL., USA.					
Način praćenja kvalitete	Redovito praćenje aktivnosti studenata na predavanjima, seminarskoj nastavi i vježbama te kontinuirano provođenje testiranja kroz semestar (kolokviji). Krajem semestra bit će napravljena evaluacija predmeta i nastavnika koji rade na predmetu. Evaluacija nastavnika pomoći će i za unapređenje njihovog rada. Sveučilišna studentska anketa.					

MJERENJE I PROCJENJIVANJE FITNESA (146389)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Saša Vuk**	
Kancelarija		40/3	
Konzultacije		prema dogovoru e-mailom	
e-mail		sasa.vuk@kif.hr	
Telefon		+38513658603	
Vanjski suradnik		**Bruno Damjan, mag.cin.**	
e-mail		bruno.damjan@kif,hr	
Vanjski suradnik		**Dorian Varović, mag. cin.**	
e-mail		dorian.varovic@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5.0 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	40(20P + 20V) Izvedbeni sati 20*	očekivani broj studenata na predmetu	29
ciljevi predmeta	Predstaviti temeljna kineziometrijska načela mjerenja i procjenjivanja u kineziologiji, s posebnim naglaskom na mjerenje i procjenjivanje fitnesa; Predstaviti teorijska i praktična znanja o organizaciji i provođenju laboratorijskog i terenskog testiranja pojedinih sastavnica fitnesa; Predstaviti načine interpretacije rezultata testiranja fitnesa; Predstaviti načine utvrđivanja rizika od vježbanja te čimbenike rizika pri mjerenju i procjenjivanju fitnesa.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	• Sposobnost neovisnog kritičkog promišljanja i rješavanja praktičnih kinezioloških problema; • Sposobnost planiranja, programiranja i provođenja transformacijskih procesa u područjima primijenjene kineziologije; • Sposobnost promoviranja tjelesnog vježbanja u funkciji unaprijeđenja i očuvanja zdravlja osoba različite dobi, spola i razine tjelesne aktivnosti.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušanog i položenog predmeta studenti će: - razumjeti osnovna kineziometrijska načela mjerenja i procjenjivanja fitnesa zdravih osoba; - organizirati i provesti testiranje fitnesa zdravih osoba te interpretirati dobivene rezultate testiranja; - primjeniti rezultate testiranja fitnesa u postavljanju i ostvarivanju realnih transformacijskih ciljeva; - razumjeti osnovne načine utvrđivanja rizika od vježbanja te čimbenike rizika pri mjerenju i procjenjivanju fitnesa.		
	Predavanja i vježbe 1. Kineziometrijski principi mjerenja i procjenjivanja fitnesa (2P) 2. Utvrđivanje čimbenika rizika pri mjerenju i procjenjivanju fitnesa te rizika od vježbanja (2P + 2V) 3. Mjerenje i procjenjivanje morfološke sastavnice fitnesa (2P + 2V) 4. Mjerenje i procjenjivanje mišićne jakosti (2P + 2V) 5. Mjerenje i procjenjivanje mišićne snage (2P + 2V) 6. Mjerenje i procjenjivanje ravnoteže i tjelesnog držanja (2P + 2V) 7. Mjerenje i procjenjivanje fleksibilnosti (2P + 2V) 8. Mjerenje i procjenjivanje srčano-dišne sastavnice fitnesa (2P + 4V) 9. Mjerenje i procjenjivanje metaboličke sastavnice fitnesa (2P + 2V) 10. Interpretacija rezultata mjerenja i procjenjivanja fitnesa (2P + 2V)		

Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, polaganje kolokvija i ispita.					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	0,5	pismeni ispit	50%	2,5
	kolokviji	40%	2			
				ukupno	**5.0 ECTS**	
Obvezna literatura	1. Sekulić, D., Metikoš, D. (2007). Osnove transformacijskih postupaka u kineziologiji. Fakultet prirodoslovnomatematičkih znanosti, Split. 2. Mišigoj-Duraković, M. (2008). Kinantropologija – biološki aspekti vježbanja. Kineziološki fakultet, Zagreb.					
Dopunska literatura	1. Marković, G., Bradić, A. (2008). Nogomet – integralni kondicijski trening. TVZ, Zagreb. 2. Howley, E., Franks, B.D. (2007). Fitness Professional's Handbook, Champaign, IL., USA. 3. ACSM. (2009). ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription. Lippincott Wiliams & Wilkins, Baltimore.					
Način praćenja kvalitete	Redovito praćenje aktivnosti studenata na predavanjima, seminarskoj nastavi i vježbama te kontinuirano provođenje testiranja kroz semestar (kolokviji). Krajem semestra bit će napravljena evaluacija predmeta i nastavnika koji rade na predmetu. Evaluacija nastavnika pomoći će i za unapređenje njihovog rada. Sveučilišna studentska anketa.					

GRUPNI FITNES PROGRAMI I (146390)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić**			
kancelarija		173			
konzultacije		srijeda 12.30 do 13.00 te prema dogovoru putem e-mail adrese ili na tel. +385 95 3658805			
e-mail		gordana-furjan-mandic@kif.hr			
telefon		+38513658773			
vanjska suradnica		**Marita Ukić, pred.**			
e-mail		marita.ukic@kif.hr			
vanjski suradnik		**Viktorio Miličević, prof.**			
e-mail		viktorio.milicevic@kif.hr			
vanjska suradnica		**Jasminka Tomčić,**			
e-mail		jasminka.tomcic@kif.hr			
studijski program	Preddiplomski stručni studij	status predmeta		specijalistički	
Semestar	II.	godina studija		I.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost		4 ECTS	
mjesto izvođenja	(P) predavaonica (V) dvorana H				
način izvođenja nastave	20 (12P + 8V)	očekivani broj studenata na predmetu		29	
ciljevi predmeta	Usvajanje osnovnih i složenijih kretnih struktura klasične i ostalih vrsta aerobike te praktična primjena istih u rekreaciji, kineziterapiji i sportu.				
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Sposobnost samostalnog planiranja, programiranja i vođenja satova različitih vrsta aerobike za populaciju različite dobi i razine treniranosti				
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušanog i položenog predmeta studenti će moći: - demonstrirati pravilnu tehniku klasične i step aerobike; - učinkovito i sigurno poučavati zdrave osobe različite dobi, spola i razine tjelesne aktivnosti različitim vrstama aerobike; - razumjeti i uspješno primjenjivati sadržaje aerobike s obzirom na ciljeve transformacijskog procesa u fitnesu; - provoditi aerobiku s polaznicima fitnes centra.				
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**Teorijska predavanja** (svaka tema se obrađuje 2 nastavna sata): 1. Povijest i kineziološka struktura aerobike (2P +1V) 2. Glazba i koreografija u aerobici (2P +1V) **Teorijsko-praktična predavanja i vježbe** 1. Tehnika koraka klasične aerobike (2P +2V) 2. Tehnika koraka step aerobike (2P +1V) 3. Tehnika rada ruku u aerobici (2P +1V) 4. Razumijevanje i primjena glazbe u aerobici (2P +2V)				
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave; aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu; polaganje kolokvija i ispita.				
praćenje rada studenata	Pismeni ispit	50%	2	praktični rad	50% 2
	usmeni ispit			ukupno	**4 ECTS**
obvezna literatura	1. Zbornik radova, 6. zagrebački sajam sporta „Suvremena aerobika“ (1997)., Metikoš, D., Prot, F., Furjan-Mandić, G., Kristić, K., (ur.) Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu. 2. Alter, M. J. (1990). Science of stretching. Champaign, Ilinois: Human Kinetics Books. 3. Cvetković, M. (2009). Aerobik. Univerzitet u Novom Sadu, Fakultet fizičkog vaspitanja.				

dopunska literatura	1. Bergoč, Š., Zagorc, M. (2000). Metode poučevanja v aerobiki. Ljubljana: Fakulteta za šport. 2. Howley, E. D., Franks, D. (2008). Fitness Instructors Handbook. Human Kinetics, Champaign, IL., USA.
način praćenja kvalitete	Redovito praćenje aktivnosti studenata na predavanjima, seminarskoj nastavi i vježbama te kontinuirano provođenje testiranja kroz semestar (kolokviji). Krajem semestra bit će napravljena evaluacija predmeta i nastavnika koji rade na predmetu. Evaluacija nastavnika pomoći će i za unapređenje njihovog rada. Sveučilišna studentska anketa.

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA FITNESA I (146391)

nositeljica predmeta		**prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić**				
Kancelarija		173				
Konzultacije		srijeda 12.30 do 13.00 te prema dogovoru putem e-mail adrese ili na tel. +385 95 3658805				
e-mail		gordana-furjan-mandic@kif.hr				
Telefon		+38513658773				
nastavnik		**izv. prof. dr. sc. Saša Vuk**				
Kancelarija		40/3				
Konzultacije		prema dogovoru e-mailom				
e-mail		sasa.vuk@kif.hr				
Telefon		+38513658603				
studijski program	Stručni studij	status predmeta			obavezni	
Semestar	II.	godina studija			I.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost			0.0 ECTS	
mjesto izvođenja						
način izvođenja nastave	30(30V)	očekivani broj studenata na predmetu			29	
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.					
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.					
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: • Sudjelovati u praćenju i provedbi dijagnostičkih postupaka sportaša i rekreativaca u okviru svoje specijalnosti • Sudjelovanje u metodičkom oblikovanju trenažnoga rada za razvoj bazičnih i specifičnih sposobnosti i osobina • Sudjelovanje u metodičkom oblikovanju trenažnoga rada za stjecanje motoričkih znanja					
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	• Praćenje oglednih treninga koje provode treneri specijalisti (10V) • Praćenje i registracija parametara trenažnog rada u sportskim klubovima, fitnes centrima i centrima za kondicijsku pripremu i rekreacijskim centrima (10V) • Pomaganje, asistiranje u procesu sportske pripreme djece i mladih sportaša (10V)					
Obveze studenata	Pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, rješavanje problemskih zadataka.					
Praćenje rada studenata	praktični rad	100%	1			
				ukupno	**0.0 ECTS**	
Obvezna literatura						
Dopunska literatura						
Način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.					

SMJER – SPORTSKA REKREACIJA – II. SEM

Šifra predmeta	PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
Smjer SPORTSKA REKREACIJA						
146401	Metodika sportske rekreacije u turizmu I	izv. prof. dr. sc. Drena Trkulja Petković	40	10	10	6
146404	Sportsko rekreacijska medicina	izv. prof. dr. sc. Marija Rakovac	60			6
146403	Sportska rekreacija II	izv. prof. dr. sc. Danijel Jurakić	30	15		8
	Izborni predmet I		15		15	2
	Izborni predmet II		15		15	2
	Izborni predmet/sport I		9	18	18	3
146405	Stručno-trenerska praksa u sportskoj rekreaciji I	izv. prof. dr. sc. Danijel Jurakić			30	
		UKUPNO	**169**	**43**	**88**	**27**

METODIKA SPORTSKE REKREACIJE U TURIZMU I (146401)

nositeljica predmeta		**izv. prof. dr. sc. Drena Trkulja Petković**	
Kancelarija		119	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-pošte	
e-mail		drena.trkulja-petkovic@kif.hr	
Telefon		+38513658719	
vanjska suradnica		**Valentina Novosel, prof.**	
e-mail		valentina.novosel@kif.hr	
vanjski suradnik		**Damir Mandić, prof.**	
e-mail		damir.mandic@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	6.0 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	80(40P + 10S + 10V)	očekivani broj studenata na predmetu	9
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente sa osnovnim teorijskim odrednicama turizma i sportske rekreacije te njihovom međusobnom povezanošću. Pored toga cilj predmeta je upoznati studente sa širokim spektrom različitih sportsko rekreacijskih aktivnosti, sadržaja i programa te načinima (metodikom) provedbe istih kao osnovnih i/ili izuzetno značajnih sadržaja turističke ponude.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će stečena teorijska i metodička znanja moći primijeniti: □ u području sportske rekreacije, sporta i kineziterapije □ u svakodnevnom životu □ u uspostavljanju suradnje sa stručnjacima drugih profila i kompetencija □ u podizanju kvalitete turističke ponude RH		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	□ usvojiti temeljna teorijska i praktična znanja za provedbu sportsko rekreacijskih programa u turizmu; □ planirati, programirati i provoditi veliki broj različitih sadržaja i programa sportske rekreacije; □ postaviti i oblikovati sve vrste sportsko rekreacijskih programa u različitim turističkim uvjetima i za potrebe različitih turističkih subjekata □ steći sposobnost u rukovođenju, organizaciji i realizaciji programa. □ kreirati nove sadržaje i programe sportske rekreacije!		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja, seminari i vježbe 1. Definicija Metodike sportske rekreacije u turizmu, ciljevi i zadaće predmeta (2P) 2. Definicija i značaj turizma u svijetu i Hrvatskoj kao društveno ekonomskog fenomena (2P) 3. Sistematizacija sportsko rekreacijskih programa i oblika aktivnosti u turističkoj ponudi (2P) 4. Tranzitivni oblici aktivnosti (definicija, sistematizacija i osnovne karakteristike) (2P) 5. Metodički, organizacijski, materijalni i kadrovski aspekti primjene izleta i pohoda (2P+3V) 6. Metodički, organizacijski, materijalni i kadrovski aspekti primjene tura i turnog kretanja (2P+2V) 7. Stacionirani oblici aktivnosti definicija, sistematizacija i osnovne karakteristike) (2P) 8. Uloga i značaj sportsko rekreacijskih sadržaja u turizmu kao čimbenika za ublažavanje i/ili uklanjanje nepovoljnih utjecaja suvremenog načina života i rada (2P) 9. Uloga i značaj sportsko rekreacijskih sadržaja u turizmu kao čimbenika za ublažavanje i/ili uklanjanje hipokinezije (definicija, uzroci nastanka, posljedice, prevencija) (2P+2S)		

	10. Uloga i značaj sportsko rekreacijskih sadržaja u turizmu kao čimbenika za ublažavanje i/ili uklanjanje stresa (definicija, uzroci nastanka, posljedice, prevencija) (4P) 11. Uloga i značaj sportsko rekreacijskih sadržaja u turizmu kao čimbenika za smanjenje prekomjerne tjelesne težine (definicija, uzroci nastanka, posljedice, prevencija i preporuke za smanjenje prekomjerne tjelesne težine različitih populacija) (4P+2S) 12. Uloga i značaj sportske rekreacije u turizmu u povećanju kvalitete života turista (2P+2S) 13. Suvremena koncepcija turističke ponude i selektivne vrste turizma (2P+3S). 14. Uloga i značaj profiliranja turističke ponude s humanističkog i ekonomskog aspekta (2P). 15. Sadržaji sportske rekreacije u turizmu; Vrste sportsko rekreacijskih programa u turističkoj ponudi (2P +2S) 16. Usmjereno kretanje sa zadacima (definicija, modaliteti primjene, izrada karte, definiranje zadataka i duljine staze, specifičnosti u provedbi ovisno o strukturi i broju sudionika) (2P+2S+2V) 17. Atraktivni „adrenalinski“ sadržaji sportske rekreacije („adrenalinski parkovi“ u svijetu i Hrvatskoj, specifičnosti ponude u ovisnosti od klimatsko geografskog područja, uloga i značaj želja interesa i potreba potencijalnih konzumenata te strukture i broja sudionika) (2P+2S+8V) 18. Mjesto i uloga sportske rekreacije u suvremenom poimanju slobodnog vremena i putovanja (utjecaj industrijalizacije, urbanizacije i globalizacije na život suvremenog čovjeka – pozitivni i negativni čimbenici) (4P) 19. Industrija slobodnog vremena i položaj sporta, sportske rekreacije i turizma u njoj, „kružni tok“ obnove čovjeka u industrijskom društvu, kružni tok rasta, održivi razvitak (2P) 20. Definicije turizma (statističke, nominalističke, privredne i univerzalne) i turista. (2P) 21. Pregled povijesnog razvoja turizma i sporta (kao socioloških fenomena 20.st.u svijetu i Hrvatskoj) te njihova međusobna povezanost (2P) 22. Prednosti i nedostaci masovnog turizma sa stajališta turista, turističke destinacije i lokalnog stanovništva (2P)
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, pisanje seminara i polaganje ispita

Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	15%	1	pismeni ispit	40%	3
	seminarski rad	15%	1	usmeni ispit	30%	1
				ukupno	**6.0 ECTS**	

Obvezna literatura	1. Andrijašević, M. (2010). Kineziološka rekreacija. Zagreb: Kineziološki fakultet sveučilišta u Zagrebu 2. Andrijašević, M., Jurakić, D. (ur) (2011). Zbornik radova Međunarodne znanstveno-stručne konferencije – Sportska rekreacija u funkciji unapređenja zdravlja. Osijek: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Udruga kineziologa Grada Osijeka. 3. Andrijašević, M. (ur.) (2009). Zbornik radova Međunarodne znanstveno-stručne konferencije - Upravljanje slobodnim vremenom sadržajima sporta i rekreacije. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 4. Bartoluci, M. (ur.) (2004). Zbornik radova Međunarodnog znanstvenog skupa - Sport u turizmu. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
Dopunska literatura	1. Andrijašević, M. (ur.) (2008). Zbornik radova Međunarodne znanstveno-stručne konferencije – Kineziološka rekreacija i kvaliteta života. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. Trkulja Prtković, D. (2009). Aktivnim odmorom brže do oporavka organizma. Belupo glasilo, br. 128, 14-16 3. Širić, V., Trkulja Petković, D., Končarević, M. (2008). Sportsko rekreacijski sadržaji na otvorenom u funkciji unapređenja turističke ponude Osječkobaranjske županije. U: Boris Neljak (ur.) Zbornik radova 17. Ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske 4. Trkulja Petković, D., Vučić, D., , Đuras, G., Širić, V., Vladović, Z., Širić, Ž. (2011). Primjer anketnog upitnika za utvrđivanje utjecaja tjelesnog vježbanja na neke

	segmente kvalitete života žena starije životne dobi. Zbornik radova 20. Ljetne škole kineziologa (u tisku)
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa o uspješnosti provedene nastave

SPORTSKO REKREACIJSKA MEDICINA (146404)

nositeljica predmeta		**izv. prof. dr. sc. Marija Rakovac**	
Kancelarija		31	
Konzultacije		prema dogovoru putem e- pošte	
e-mail		marija.rakovac@kif.hr	
Telefon		+38513658651	
vanjski suradnik		**doc. dr. sc. Bojana Knežević, dr. med.**	
e-mail		bojana.knezevic@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	6.0 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	60(60P)* Izvedbeni sati 30P*	očekivani broj studenata na predmetu	9
ciljevi predmeta	Upoznati studente s preporukama SZO i drugih međunarodnih organizacija o razinama tjelesne aktivnosti, postupcima savjetovanja pacijenata, s povezanošću propisivanja i programiranja vježbanja sa zdravstvenim i funkcionalnim statusom korisnika. Upoznati postupke utvrđivanja zdravstvenog i funkcionalnog statusa, utvrđivanja i stratifikacije zdravstvenih rizika, načini propisivanja vježbanja, upućivanja pacijenata u sportsko-rekreacijske programe, kontrola kvalitete programa i vrednovanje učinaka provedenog programa..		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Nakon odslušanog predmeta studenti će moći: - opisati rizike i kontraindikacije za vježbanje, - prepoznati znakove i simptome opasnosti tijekom vježbanja te provesti neposredne mjere smanjenja ili uklanjanja opasnosti - primijeniti postupke za promociju tjelesnog vježbanja i implementaciju kinezioloških mjera zaštite i unapređenja zdravlja i prevencije kroničnih nezaraznih bolesti - primijeniti prinicipe programiranja sportsko-rekreacijskih aktivnosti prema zdravstvenom statusu, dobi i spolu.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - opisati odnos razine podražaja tjelesne aktivnosti i zdravstvenog ishoda - navesti međunarodne preporuke za učinkovitu zdravstveno usmjerenu tjelesnu aktivnost - provesti zdravstveni screening i klasifikaciju rizika vježbača prije uključivanja u programe vježbanja - opisati metode za utvrđivanje potrošnje energije - opisati i primijeniti metode za testiranje pojedinih sastavnica zdravstvenog fitnesa - primijeniti principe savjetovanja, postavljanja ciljeva i propisivanja vježbanja - objasniti značajke određenih kliničkih entiteta i povezivati ih s postavljanjem ciljeva i programa tjelesnog vježbanja - objasniti kriterije i vrednovanje kvalitete rada centara za sportsku rekreaciju		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja 1. Uvod u sportsko-rekreacijsku medicinu 2. Tjelesna aktivnost i zdravlje - povijesni osvrt 3. Tjelesna aktivnost i zdravlje – javnozdravstveni aspekt 4. Tjelesna neaktivnost kao javnozdravstveni problem 5. Utvrđivanje razine tjelesne aktivnosti 6. Utvrđivanje zdravstvenog stanja i rizika pri uključivanju u programe tjelesne aktivnosti 7. Dijagnostika komponenata zdravstvenog fitnesa i zdravlja - EUROFIT i ALPHA-FIT 8. Propisivanje vježbanja 9. Zdravstvene dobrobiti tjelesne aktivnosti u dječjoj dobi		

	10. Fiziološki aspekti tjelesne aktivnosti u starijoj dobi 11. Mišićnokoštani sustav i funkcionalno zdravlje - utjecaj tjelesne 12. Srčanožilno zdravlje - utjecaj tjelesne aktivnosti 13. Metabolički poremećaji i utjecaj tjelesne aktivnosti 14. Prekomjerna tjelesna masa i pretilost - utjecaj tjelesne aktivnosti 15. Zloćudne bolesti - utjecaj tjelesne aktivnosti 16. Mentalno zdravlje - utjecaj tjelesne aktivnosti 17. Zdravstveni rizici povezani s tjelesnom aktivnošću 18. Promicanje zdravstveno usmjerene tjelesne aktivnosti - ZUTA					
Obveze studenata	Pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje na seminarima i pisanje seminarskog rada.					
Praćenje rada studenata	aktivnost na nastavi	50%	1			
	seminarski rad		2	usmeni ispit	50%	3
				ukupno	**6.0 ECTS**	
Obvezna literatura	1. Heimer, S. (ur.) (2012). *Sportsko-rekreacijska medicina – izbor tekstova za potrebe nastave.* Skripta Kineziološkog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu. 2. Mišigoj-Duraković, M. i suradnici (2018). *Tjelesno vježbanje i zdravlje.* Zagreb: Znanje.					
Dopunska literatura	1. Swain P.D. i B.C. Leutholz (2007). Exercise Prescription. Human Kinetics. 2. Promicanje i propisivanje zdravstveno usmjerene tjelesne aktivnosti (2009). Savezni ured za sport + više sveučilišnih instituta za socijalnu i preventivnu medicinu Švicarske (prijevod za internu upotrebu). 3. Medicus, Vol. 28 No. 2 Tjelesna aktivnost, 2019. Tema broja: Tjelesna aktivnost kao lijek. Gošća urednica broja: doc.dr. Marija Rakovac, dr.med. https://hrcak.srce.hr/index.php?show=toc&id_broj=18166 4. Arhiv za higijenu rada i toksikologiju, Vol.63 No.Supplement 3. Poseban broj časopisa *Arhiv za higijenu rada i toksikologiju* s člancima priopćenim na znanstvenom simpoziju pod nazivom „Sport, tjelesna aktivnost i zdravlje“, 2012.Članci su u cijelosti besplatno dostupni na stranici: http://hrcak.srce.hr/index.php?show=toc&id_broj=7426					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa					

SPORTSKA REKREACIJA II (146403)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Danijel Jurakić**	
Kancelarija		117	
Konzultacije		srijedom od 13.30 do 14.30	
e-mail		danijel.jurakic@kif.hr	
Telefon		+38513658656	
nastavnica		**izv. prof. dr. sc. Drena Trkulja Petković**	
Kancelarija		119	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-pošte	
e-mail		drena.trkulja-petkovic@kif.hr	
Telefon		+38513658719	
vanjski suradnik		Mirna Trška, mag.cin.	
e-mail		mirna.trska@kif.hr	
vanjski suradnik		Ana Špiljar, mag.cin.	
e-mail		ana.spiljar@kif.hr	
vanjski suradnik		Gordana Kević, prof.	
e-mail		gordana.kevic@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	8.0 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	45(30P + 15V)	očekivani broj studenata na predmetu	9
ciljevi predmeta	Cilj ovog predmeta je upoznavanje studenata sa specifičnim spoznajama koje se odnose na kreaciju i realizaciju općih i specifičnih programa sportske rekreacije. Studenti će se osposobiti za utvrđivanje temeljnih kriterija primjene različitih vrsta programa sportske rekreacije za različite potrebe i različite uvjete. Studenti će steći znanja o slijedu postupaka i sastavnica bitnim za primjenu i realizaciju pojedinih programa sportske rekreacije.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Poznavanje temeljnih principa rada u sportskoj rekreaciji u različitim uvjetima i za različite potrebe sa svrhom i ciljem očuvanja unapređenja zdravlja sudionika. Rad u timu sa stručnjacima iz drugih područja.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: - educirati sudionikle programa o učincima sportske rekreacije na zdravlje; - integrirati temeljna znanja iz kineziologije i praktično ih primijeniti; - primijeniti metode poštujući načela sportske rekreacije za različite potrebe (turizam, slobodno vrijeme); - analizirati i prepoznati kriterije za implementaciju programa u praksi; - pratiti dinamiku promjena u struci i prilagođavati se tržištu; - raditi u timu u postupku oblikovanja planova i programa; - koristiti suvremenu tehnologiju u praksi.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Planiranje i programiranje sportske rekreacije prema ciljevima (2P+1V) 2. Promjena antropoloških obilježja uslijed starenja i prilagodba odgovarajućih sportsko-rekreacijskih tretmanab(2P+1V) 3. Preventivni programi sportske rekreacije (2P+1V)		

	4. Sportska rekreacija u turizmu (stanje u RH i svijetu, uloga i funkcije sportske rekreacije, modeli primjene) (2P+1V) 5. Zdravstveno preventivni programi sportske rekreacije u turizmu (medicinski programirani aktivni odmori) (2P+1V) 6. Suvremeni – aktualni selektivni programi u turizmu (lječilišni, klimatski, wellness, spa, team building, outdoors i dr.) (2P+1V) 7. Društveno-ekonomska uvjetovanost kineziološke rekreacije; menadžment i upravljačke strukture te mogućnosti razvoja kineziološke rekreacije u RH (2P+1V) 8. Negativni učinci modernog stila života (morbogeni činitelji) (2P+1V) 9. Hipokinezija (definicija, evolucijski osvrt, analiza sadašnjeg stanja, moguće solucije rješenja problema) (2P+1V) 10. Stres (pojmovno određenje, najčešći stresori, stres i tjelesna aktivnost, prevencija, stres menadžment) (2P+1V) 11. Prekomjerna tjelesna težina (uzroci, posljedice, značaj i mogućnosti tjelesne aktivnosti/sportske rekreacije u prevenciji, ublažavanju i/ili otklanjanu poteškoća) (2P+2V) 12. Tranzitivni oblici aktivnosti u sportskoj rekreaciji (definicija, struktura, značajke) (2P+1V) 13. Uloga i značaj sportsko rekreacijskih programa u prirodi (3P+1V) 14. Komplementarni programi sportske rekreacije (3P+1V) Sadržaji vježbi prate sadržaje predavanja.
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu

Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	25%	2	pismeni ispit	35%	3
				usmeni ispit	40%	3
				ukupno	**8.0 ECTS**	

Obvezna literatura	1. Andrijašević, M. (2010). Kineziološka rekreacija. Zagreb: Kineziološki fakultet sveučilišta u Zagrebu 2. Andrijašević, M., Jurakić, D. (ur) (2011). Zbornik radova Međunarodne znanstveno-stručne konferencije – Sportska rekreacija u funkciji unapređenja zdravlja. Osijek: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Udruga kineziologa Grada Osijeka. 3. Jurakić, D., Andrijašević, M. (2021) Skripta - Odabrana poglavlja iz kineziološke rekreacije. Zagreb: Kineziološki fakultet
Dopunska literatura	1. Andrijašević, M., Jurakić, D (ur) (2011). Sportska rekreacija u funkciji unapređenja zdravlja. Zagreb: Kineziološki fakultet. 2. Andrijašević, M. (ur.) (2009). Upravljanje slobodnim vremenom sadržajima sporta i rekreacije. Zagreb: Kineziološki fakultet. 3. Corbin, B. C., Lindsey, R., Welk, I. G., Corbin, R. W. (2002). Concepts of fitness and wellness. New York, USA: Mc Graw Hill Companies. 4. Andrijašević, M., Bartoluci, M., Cetinski, V., Čepelak, R., Fox, J., Ivanišević, G., Jadrešić, V., Keros, P., Peršić, M., Ravkin, R. (1999). Animacija u hotelijersko-turističkoj ponudi. Opatija: Hrvatska udruga hotelijera i restoratera, Vološćansko grafičko poduzeće.
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U SPORTSKOJ REKREACIJI I (146405)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Danijel Jurakić**			
Kancelarija		117			
Konzultacije		srijedom od 13.30 do 14.30			
e-mail		danijel.jurakic@kif.hr			
Telefon		+38513658656			
studijski program	Stručni studij	status predmeta		obavezni	
Semestar	II.	godina studija		I.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost		0.0 ECTS	
mjesto izvođenja					
način izvođenja nastave	30(30V)	očekivani broj studenata na predmetu		9	
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.				
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.				
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: • Sudjelovati u praćenju i provedbi dijagnostičkih postupaka sportaša i rekreativaca u okviru svoje specijalnosti • Sudjelovanje u metodičkom oblikovanju trenažnoga rada za razvoj bazičnih i specifičnih sposobnosti i osobina • Sudjelovanje u metodičkom oblikovanju trenažnoga rada za stjecanje motoričkih znanja				
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	• Praćenje oglednih treninga koje provode treneri specijalisti (10V) • Praćenje i registracija parametara trenažnog rada u sportskim klubovima, fitnes centrima i centrima za kondicijsku pripremu i rekreacijskim centrima (10V) • Pomaganje, asistiranje u procesu sportske pripreme djece i mladih sportaša (10V)				
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, rješavanje problemskih zadataka.				
Praćenje rada studenata	praktični rad	100%	1		
				ukupno	**0.0 ECTS**
Obvezna literatura					
Dopunska literatura					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa				

STUDIJSKI SMJER – RAZNI SPORTOVI – II. SEM

HRVANJE, JUDO, KONJIČKI SPORT, NOGOMET, ODBOJKA, PLES, PLIVANJE, RITMIČKA GIMNASTIKA, SKIJANJE, SPORTSKA GIMNASTIKA, TENIS

Šifra predmeta	PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Studijski smjer SPORT						
	Povijest, pravila i organizacija izabranog sporta		30			3
	Kineziološka analiza izabranog sporta		45	5	40	9
	Antropološka analiza u izabranom sportu		30	15		5
	Metodika 1		30		30	7
	Stručno-trenerska praksa 1				30	
		UKUPNO	**135**	**20**	**100**	**24**

SMJER – HRVANJE– II. SEM

Šifra predmeta	PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
146461	Povijest, pravila i organizacija hrvanja	prof. dr. sc. Mario Baić	30			3
146462	Kineziološka analiza hrvanja	prof. dr. sc. Mario Baić	45	5	40	9
146463	Antropološka analiza u hrvanju	prof. dr. sc. Mario Baić	30	15		5
146464	Metodika u hrvanju 1	prof. dr. sc. Mario Baić	30		30	7
146465	Stručno-trenerska praksa u hrvanju 1	prof. dr. sc. Mario Baić			30	
		UKUPNO	**135**	**20**	**100**	**24**

POVIJEST, PRAVILA I ORGANIZACIJA HRVANJA (146461)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Mario Baić**	
Kancelarija		136	
Konzultacije		Ponedjeljkom od 13:00 do 13:30 sati putem e maila ili telefona, a od 13:30 do 14:00 u hrvačkoj dvorani, te druge dane po prethodnom dogovoru.	
e-mail		mario.baic@kif.hr	
Telefon		+38513658736	
Suradnik		**naslovni doc. dr. sc. Damir Pekas**	
Kancelarija		137	
Konzultacije		Ponedjeljkom od 13:00 do 13:30 sati u sobi 42 - mail/tlf, 13 30 - 14 00 u hrvačkoj dvorani, te u ostale termine po dogovoru putem e maila ili telefona	
e-mail		damir.pekas@kif.hr	
Telefon		+38513658737	
Suradnik		**dr. sc. Nikola Starčević**	
e-mail		nikola.starcevic@kif.hr	
vanjski suradnik		**Tomislav Mičuda, mag.cin.**	
e-mail		tomislav.micuda@kif.hr	
vanjski suradnik		**dr. sc. Kristijan Slačanac, predavač**	
e-mail		kristijan.slacanac@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	30(30P)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s osnovnim postavkama hrvanja a koji su sadržani unutar tema povijesti, nastanka i razvoja, aktualnim pravilima i njihovom tumačenju unutar samoga sporta te načinu funkcioniranja organiziranih sustava (saveza) koji promiču i upravljaju sportskom aktivnosti na domaćoj i međunarodnoj razini.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će se upoznati s okolnostima i mjestom nastanka hrvanja, upoznat će se s onim čimbenicima koji su doveli do većeg ili manjeg, bržeg i sporijeg širenja u Svijetu i Hrvatskoj. Te informacije mogu pomoći u nastavku širenja i popularizacije hrvanja. Studenti će nakon apsolviranja ovog predmeta imati uvid u nova pravila hrvanja te moći iste interpretirati kao i shvatiti njihovu svrhu u okviru hrvanja. Studenti će steći uvid u organizaciju svih struktura koje djeluju u hrvanju, a koje su važne za njegovo funkcioniranje od najmanje do najveće razine: udruga trenera, udruga sudaca, sportski klub, gradski ili županijski savez, nacionalni savez, Europska hrvača federacija (CELA) i Svjetska hrvačka federacija (FILA).		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će steći uvid u : 1. Okolnosti koje su dovele do nastanka hrvanja 2. Način širenja i popularizacije sportske aktivnosti 3. Dosadašnji razvoj hrvanja 4. One stavke koje su dovele do postavljanja hrvačkih pravila kao i u one stavke koje su poticale njihovu reviziju i/ili nadogradnju 5. Unutarnji ustroj organizacija koje su nadležne za hrvanje u Hrvatskoj i Svijetu		

Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja 1. Pojava hrvanja u organiziranom obliku (2P) 2. Razvoj i raširenost hrvanja u Hrvatskoj i Svijetu (2P) 3. Svjetska i europska prvenstva za različite dobne kategorije (2P) 4. Službena međunarodna natjecanja (2P) 5. Sudjelovanja hrvatskih sportaša na međunarodnim natjecanjima u hrvanju (2P) 6. Ustroj hrvanja u Hrvatskoj i Svijetu (2P) 7. Hrvatski olimpijski odbor (2P) 8. Nacionalni sportski savez: statut, pravilnici, poslovnici i sektori djelovanja pojedinih odbora, savjeta i povjerenstava (2P) 9. Sudačka organizacija (2P) 10. Udruga trenera (2P) 11. Sportski klub - ustrojstvo i upravljanje(2P) 12. Službena međunarodna pravila (2P) 13. Razvoj pravila (2P) 14. Suđenje (2P) 15. Službeno osoblje (1P) 16. Utjecaj pravila na evoluciju modela sporta (1P)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	100%	3			
				ukupno	**3.0 ECTS**	
Obvezna literatura	Marić, J., Baić, M., Cvetković, Č. (2007). Primjena hrvanja u ostalim sportovima. Marić, J. (1990). Rvanje slobodnim načinom. Zagreb: Sportska tribina. Marić, J. (1985). Rvanje klasičnim načinom. Zagreb: Sportska tribina.					
Dopunska literatura	Cvetković, Č., Marić, J., Marelić, N. (2005). Tehnical efficiency of wrestlers in relation to some anthropometric and motor variables. Kinesiology, 37 (1), 74 – 83. Yoon (2002) Physiological Profiles of Elite Senior Wrestlers Sports Medicine, Volume 32, 225-233. Kraemer, W.J., Fry, A.C., Rubin, M.R., Mcbride, T.T., Gordon, S.E., Koziris, L.P., Lynch, J.M., Volek, J.S., Meuffels, D.E., Newton, R.U., Fleck, S.J. (2001).Physiological and Performance Responses to Tournament Wrestling. Med. Sci. Sports. Exerc., 33 (8): 1367-1378. Shahmuradov, Jn. A. (1996). Free style wrestling. FILA. Rome. Petrov, R., Dobrev, D., Berberov, N., Makaveev, O. (1977). Svobodna i klasičeska borba. Medicina i fizkultura, Sofija (prijevod na hrvatski s bugarskog).					
Način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva Istraživački rad tijekom trajanja studija Anonimna studentska anketa					

KINEZIOLOŠKA ANALIZA HRVANJA (146462)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Mario Baić**	
Kancelarija		136	
Konzultacije		Ponedjeljkom od 13:00 do 13:30 sati putem e maila ili telefona, a od 13:30 do 14:00 u hrvačkoj dvorani, te druge dane po prethodnom dogovoru.	
e-mail		mario.baic@kif.hr	
Telefon		+38513658736	
Suradnik		**naslovni doc. dr. sc. Damir Pekas**	
Kancelarija		137	
Konzultacije		Ponedjeljkom od 13:00 do 13:30 sati u sobi 42 - mail/tlf, 13 30 - 14 00 u hrvačkoj dvorani, te u ostale termine po dogovoru putem e maila ili telefona	
e-mail		damir.pekas@kif.hr	
Telefon		+38513658737	
Suradnik		**dr. sc. Nikola Starčević**	
e-mail		nikola.starcevic@kif.hr	
vanjski suradnik		**Tomislav Mičuda, mag.cin.**	
e-mail		tomislav.micuda@kif.hr	
vanjski suradnik		**dr. sc. Kristijan Slačanac, predavač**	
e-mail		kristijan.slacanac@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	9.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	90(45P+5S+40V)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Kineziološka analiza hrvanja ima za cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za strukturne i biomehaničke karakteristike svih faza i podfaza sportske aktivnosti, a koje zajedno tvore strukture gibanja te strukture situacija u hrvanju.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Kineziološka analiza hrvanja studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za definiranje struktura gibanja i struktura situacija u natjecateljskom hrvanju i rekreaciji.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja: - tipičnim strukturama gibanja u hrvanju - tipičnim strukturama situacija u hrvanju - kinematičkim karakteristikama struktura sporta - kinetičkim karakteristikama struktura u hrvanju - funkcionalnim sposobnostima u hrvanju - anatomskim karakteristikama motoričke izvedbe u hrvanju - karakteristikama hrvanja prema strukturnoj složenosti - karakteristikama hrvanja prema dominaciji energetskih procesa - karakteristikama hrvanja prema načinu registracije sportskog rezultata - notacijska analiza		

Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja, seminari i vježbe 1. Analiza sportske aktivnosti prema strukturnoj složenosti (4P+4V) 2. Analiza sportske aktivnosti prema biomehaničkim parametrima (2P*2V) 3. Analiza sportske aktivnosti prema dominaciji energetskih procesa (4P+4V) 4. Registracija i analiza biomehaničkih pokazatelja uspješnosti u sportskoj aktivnosti (3P+ 3S) 5. Analiza struktura, podstruktura i strukturnih jedinica tehnike u hrvanju (10P + 10V) 6. Fazna struktura izvedbe tehničkih elemenata (6P + 6V) 7. Analiza struktura, podstruktura i strukturnih elemenata taktike u hrvanju (6P + 6V) 8. Fazna struktura izvedbe taktičkih elemenata (6P + 6V) 9. Komparativna analiza izvedbe tehničkih elemenata hrvača različite dobi i razine natjecanja (2P+2V) 10. Komparativna analiza izvedbe taktičkih elemenata hrvača različite dobi i razine natjecanja (2P+2V)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	Praktični rad	44%	4	Pohađanje nastave	11%	1
	Usmeni ispit	34%	3	Pismeni ispit	11%	1
				ukupno	**9.0 ECTS**	
Obvezna literatura	Marić, J., Baić, M., Cvetković, Č. (2007). Primjena hrvanja u ostalim sportovima. Marić, J. (1990). Rvanje slobodnim načinom. Zagreb: Sportska tribina. Marić, J. (1985). Rvanje klasičnim načinom. Zagreb: Sportska tribina.					
Dopunska literatura	Cvetković, Č., Marić, J., Marelić, N. (2005). Tehnical efficiency of wrestlers in relation to some anthropometric and motor variables. Kinesiology, 37 (1), 74 – 83. Yoon (2002) Physiological Profiles of Elite Senior Wrestlers Sports Medicine, Volume 32, 225-233. Kraemer, W.J., Fry, A.C., Rubin, M.R., Mcbride, T.T., Gordon, S.E., Koziris, L.P., Lynch, J.M., Volek, J.S., Meuffels, D.E., Newton, R.U., Fleck, S.J. (2001).Physiological and Performance Responses to Tournament Wrestling. Med. Sci. Sports. Exerc., 33 (8): 1367-1378. Shahmuradov, Jn. A. (1996). Free style wrestling. FILA. Rome. Petrov, R., Dobrev, D., Berberov, N., Makaveev, O. (1977). Svobodna i klasičeska borba. Medicina i fizkultura, Sofija (prijevod na hrvatski s bugarskog).					
Način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva Istraživački rad tijekom trajanja studija Anonimna studentska anketa					

ANTROPOLOŠKA ANALIZA U HRVANJU (146463)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Mario Baić**	
Kancelarija		136	
Konzultacije		Ponedjeljkom od 13:00 do 13:30 sati putem e maila ili telefona, a od 13:30 do 14:00 u hrvačkoj dvorani, te druge dane po prethodnom dogovoru.	
e-mail		mario.baic@kif.hr	
Telefon		+38513658736	
Suradnik		**naslovni doc. dr. sc. Damir Pekas**	
Kancelarija		137	
Konzultacije		Ponedjeljkom od 13:00 do 13:30 sati u sobi 42 - mail/tlf, 13 30 - 14 00 u hrvačkoj dvorani, te u ostale termine po dogovoru putem e maila ili telefona	
e-mail		damir.pekas@kif.hr	
Telefon		+38513658737	
Suradnik		**dr. sc. Nikola Starčević**	
e-mail		nikola.starcevic@kif.hr	
vanjski suradnik		**Tomislav Mičuda, mag.cin.**	
e-mail		tomislav.micuda@kif.hr	
vanjski suradnik		**dr. sc. Kristijan Slačanac, predavač**	
e-mail		kristijan.slacanac@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	45(30P+15S)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Antropološka analiza u hrvanju ima za cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za antropološke karakteristike tj. važnosti antropoloških karakteristika i sposobnosti u hrvanju (natjecateljskom, rekreativnom i edukativnom)		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Antropološka analiza u hrvanju studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za definiranje važnosti antropoloških karakteristikama i sposobnosti u svim fazama bavljenja hrvanjem (edukacija i vrhunski sport) kao i bavljenjem hrvanjem u svrhu rekreacije.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o: - antropološkim karakteristikama hrvača različitog načina borenja (klasičnim, slobodnim, grappling..), spola, dobi, težinske kategorije i kvalitete - utjecaju različitih antropoloških obilježja (jednadžba specifikacije) na uspješnost u hrvanju. - psihološkim karakteristikama hrvača te utjecaju psihološke i sociološke komponente na postizanju rezultata u hrvanju. - međusobnoj povezanosti antropoloških karakteristika i sposobnosti. - međusobnoj povezanosti antropoloških karakteristika i specifičnih motoričkih znanja. - strukturi i relaciji karakteristika, sposobnosti, osobina i znanja. - modalnim vrijednostima vrhunskih sportaša u hrvanju. - utjecaju hrvanja na razvoj i održavanje različitih antropoloških obilježja u različitim dobnim skupinama sportaša i rekreativaca.		

Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Specifične sposobnosti i znanja hrvača (3P + 2S) 2. Specifične antropološke karakteristike sportaša različitog načina borenja (klasičnim, slobodnim, grappling..), spola, dobi, težinske kategorije i kvalitete (3P + 1S) 3. Utjecaj različitih antropoloških obilježja na uspješnost u hrvanju (jednadžba specifikacije) (2P + 1S) 4. Modelne karakteristike treniranosti u hrvanju (2P + 2S) 5. Povezanost antropometrijskih obilježja sportaša sa uspješnošću u hrvanju (3P + 1S) 6. Povezanost funkcionalnih obilježja sportaša sa uspješnošću u hrvanju (3P + 1S) 7. Povezanost motoričkih sposobnosti sportaša sa uspješnošću u hrvanju (3P + 1S) 8. Povezanost kognitivnih sposobnosti i konativnih obilježja sportaša sa uspješnošću u hrvanju (3P + 1S) 9. Sociološke komponente u hrvanju (2P + 1S) 10. Upoznavanje sa kompletima testova za procjenu stanja treniranosti hrvača (2P + 1S) 11. Suradnja stručnog tima (trener - kineziolog, psiholog, sociolog, liječnik) u procjeni i vrednovanju treniranosti u hrvanju (2P + 1S) 12. Utjecaj sporta na razvoj i održavanje različitih antropoloških obilježja mlađih dobnih kategorija (2P + 2S)
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci

Praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	16%		Seminarski rad	34%	1
	Pismeni ispit	34%	2	Usmeni ispit	16%	2
				ukupno	**5.0 ECTS**	

Obvezna literatura	Marić, J., Baić, M., Cvetković, Č. (2007). Primjena hrvanja u ostalim sportovima. Marić, J. (1985). Rvanje klasičnim načinom. Zagreb: Sportska tribina.
Dopunska literatura	Baić, M., Sertić, H., Cvetković, Č. (2006). Differences in physical fitness levels of greco-roman wrestlers with varying degrees of success. Kinesiologia Slovenica, 12 (2), 5-12. Cvetković, Č., Marić, J., Marelić, N. (2005). Tehnical efficiency of wrestlers in relation to some anthropometric and motor variables. Kinesiology, 37 (1), 74 – 83. Karninčić, H., Baić, M., Belošević, D. (2010). Razlike laktatne krivulje tijekom borbe u kickboksu i hrvanju grčko-rimskim načinom. Hrvatski športskomedicinski vjesnik, 25 (2), 111-116. Petrov, R., Dobrev, D., Berberov, N., Makaveev, O. (1977). Svobodna i klasičeska borba. Medicina i fizkultura, Sofija (prijevod na hrvatski s bugarskog).
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

METODIKA U HRVANJU I. (146464)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Mario Baić**	
Kancelarija		136	
Konzultacije		Ponedjeljkom od 13:00 do 13:30 sati putem e maila ili telefona, a od 13:30 do 14:00 u hrvačkoj dvorani, te druge dane po prethodnom dogovoru.	
e-mail		mario.baic@kif.hr	
Telefon		+38513658736	
Suradnik		**naslovni doc. dr. sc. Damir Pekas**	
Kancelarija		137	
Konzultacije		Ponedjeljkom od 13:00 do 13:30 sati u sobi 42 - mail/tlf, 13 30 - 14 00 u hrvačkoj dvorani, te u ostale termine po dogovoru putem e maila ili telefona	
e-mail		damir.pekas@kif.hr	
Telefon		+38513658737	
Suradnik		**dr. sc. Nikola Starčević**	
e-mail		nikola.starcevic@kif.hr	
vanjski suradnik		**Tomislav Mičuda, mag.cin.**	
e-mail		tomislav.micuda@kif.hr	
vanjski suradnik		**dr. sc. Kristijan Slačanac, predavač**	
e-mail		kristijan.slacanac@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	60(30P+30V)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Prvi cilj predmeta je omogućiti studentima usvajanje temeljnih teorijskih i praktičnih znanja o važnosti i utjecaju kondicijske pripreme na natjecateljski rezultat u hrvanju. Drugi cilj predmeta jest upoznati studente sa zakonitostima upravljanja trenažnim procesom u svrhu razvoja bazičnih i specifičnih kondicijskih sposobnosti.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Nakon apsolviranja predmeta studenti će biti osposobljeni za izradu, provedbu i kontrolu metodički ispravnog kondicijskog trenažnog procesa kod svih dobnih uzrasta i natjecateljskih kategorija u sportskoj aktivnosti.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o - važnosti kvantitativnih motoričkih sposobnosti (snaga, izdržljivost, brzina, fleksibilnost) u hrvanju - važnosti kvalitativnih motoričkih sposobnosti (koordinacija, ravnoteža, preciznost) u hrvanju - utjecaju bazičnih i specifičnih funkcionalnih sposobnosti u hrvanju - metodici razvoja bazičnih motoričkih sposobnosti - metodici razvoja specifičnih motoričkih sposobnosti - metodici razvoja bazičnih funkcionalnih sposobnosti - metodici razvoja specifičnih funkcionalnih sposobnosti		

Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (svaka se nastavna tema obrađuje 1P+1V osim tema pod red.br. 2 i 28. koje se obrađuju 2P+2V)) 1. Osnovni pedagoški i didaktički principi u kondicijskom treningu hrvača 2. Osnovni metodički principi u kondicijskom treningu hrvača 3. Organizacijske i metodičke forme kondicijskog treninga hrvača 4. Lokaliteti, oprema i pomagala za kondicijski trening u hrvanju 5. Organizacijski oblici kondicijske pripreme u hrvanju 6. Klasifikacija metoda vježbanja za razvoj kondicijskih sposobnosti u hrvanju 7. Metodika razvoja snage u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 8. Metodika razvoja brzine u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 9. Metodika razvoja izdržljivosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 10. Metodika razvoja fleksibilnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 11. Metodika razvoja koordinacije u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 12. Metodika razvoja agilnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 13. Metodika razvoja preciznosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 14. Metodika razvoja ravnoteže u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 15. Metodika razvoja aerobnih sposobnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 16. Metodika razvoja anaerobnih (glikolitičkih i fosfagenih) sposobnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 17. Metodika razvoja snage u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 18. Metodika razvoja brzine u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 19. Metodika razvoja izdržljivosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 20. Metodika razvoja fleksibilnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 21. Metodika razvoja koordinacije u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 22. Metodika razvoja agilnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 23. Metodika razvoja preciznosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 24. Metodika razvoja ravnoteže u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 25. Metodika razvoja aerobnih sposobnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 26. Metodika razvoja anaerobnih (glikolitičkih i fosfagenih) sposobnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 27. Metodika razvoja i održavanja morfoloških obilježja sportaša u hrvanju 28. Kontrola kondicijske pripremljenosti hrvača
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci

Praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	12,5%	1	Usmeni ispit	12,5%	3
	Pismeni ispit	25%	2	Seminarski rad	25%	1
				ukupno	**7.0 ECTS**	

Obvezna literatura	Marić, J., Baić, M., Cvetković, Č. (2007). Primjena hrvanja u ostalim sportovima. Marić, J. (1985). Rvanje klasičnim načinom. Zagreb: Sportska tribina.
Dopunska literatura	Baić, M. (2006). Razlike između vrhunskih poljskih i hrvatskih hrvača različitih stilova, dobi i težinskih skupina u prostoru varijabli za procjenu kondicijske pripremljenosti. (Doktorska disertacija), Zagreb:Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. Marić, J., M. Baić., Aračić, M. (2003). Kondicijska priprema hrvača. U Dragan Milanović i Igor Jukić (ur.), Zbornik radova međunarodnog znanstveno – stručnog skupa „Kondicijska priprema sportaša“<u sklopu>12. zagrebačkog sajma sporta i nautike, Zagreb (str. 339-346). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu; Zagrebački športski savez. Marić, J., Baić, M., i Kuklidis, H. (2003). Funkcionalna usmjerenost specifičnih trenažnih zadataka hrvača. U: D. Milanović i I. Jukić (ur), Zbornik radova međunarodnog znanstveno – stručnog skupa “Kondicijska priprema sportaša” (str. 347-351). Zagreb: Kineziološki faultet Sveučilišta u Zagrebu i Zagrebački sportski savez. 4Baić, M., Sekulić, V. (2011). SWOT analiza tehnologije kondicijske pripreme hrvatskih hrvačkih reprezentacija. U Jukić Igor, Cvita Gregov, Sanja Šalaj, Luka Milanović, Tatjana Trošt-Bobić i Daniel Bok (ur), Zbornik radova 9. godišnje međunarodne konferencije “Kondicijska priprema sportaša 2011”, Zagreb, 25. i 26. veljače, 2011. (str. 139-143). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Udruga kondicijskih trenera Hrvatske.

	Baić, M., Karninčić, H., Gluhak, P. (2011). Unificiranje dijagnostičkih postupaka za procjenu opće i specifične kondicijske pripremljenosti hrvača. U Findak Vladimir (ur.), Zbornik radova XX. ljetne školekineziologa republike Hrvatske "Dijagnostika u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije ikineziterapije", Poreč, 21.-25. lipnja 2011. (str. 276-280). Zagreb: Hrvatski kineziološki savez.
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U HRVANJU I. (146465)

Nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Mario Baić**		
Kancelarija		136		
Konzultacije		utorkom od 12.30 do 13.00		
e-mail		mario.baic@kif.hr		
Telefon		+38513658736		
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički	
Semestar	II.	godina studija	I.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	0.0 ECTS	
mjesto izvođenja				
način izvođenja nastave	30(30V)	očekivani broj studenata na predmetu	1	
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.			
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.			
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Sudjelovati u praćenju i provedbi dijagnostičkih postupaka sportaša i rekreativaca u okviru svoje specijalnosti - Sudjelovanje u metodičkom oblikovanju trenažnoga rada za razvoj bazičnih i specifičnih sposobnosti i osobina - Sudjelovanje u metodičkom oblikovanju trenažnoga rada za stjecanje motoričkih znanja			
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Praćenje oglednih treninga koje provode treneri specijalisti (10V) - Praćenje i registracija parametara trenažnog rada u sportskim klubovima, fitnes centrima i centrima za kondicijsku pripremu i rekreacijskim centrima (10V) - Pomaganje, asistiranje u procesu sportske pripreme djece i mladih sportaša (10V)			
Obveze studenata	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.			
Praćenje rada studenata	Praktični rad	100%		
	ukupno		**0.0 ECTS**	
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.			

SMJER – JUDO– II. SEM

Šifra predmeta	PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
146466	Povijest, pravila i organizacija juda	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić izv.prof. dr. sc. Ivan Segedi	30			3
146467	Kineziološka analiza juda	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić izv.prof. dr. sc. Ivan Segedi	45	5	40	9
146468	Antropološka analiza u judu	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić izv.prof. dr. sc. Ivan Segedi	30	15		5
146469	Metodika u judu 1	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić izv.prof. dr. sc. Ivan Segedi	30		30	7
146470	Stručno-trenerska praksa u judu 1	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić izv.prof. dr. sc. Ivan Segedi			30	
		UKUPNO	**135**	**20**	**100**	**24**

POVIJEST, PRAVILA I ORGANIZACIJA JUDA (146466)

Nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Hvoje Sertić**	
Kancelarija		155	
Konzultacije		srijedom od 11.30 do 12.30 sati	
e-mail		hrvoje.sertic@kif.hr	
Telefon		+38513658755	
Nastavnik		**izv.prof. dr. sc. Ivan Segedi**	
Kancelarija		140/1	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		ivan.segedi@kif.hr	
Telefon		+38513658739	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	30(30P)	očekivani broj studenata na predmetu	3
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s osnovnim postavkama juda a koji su sadržani unutar tema povijesti, nastanka i razvoja, aktualnim pravilima i njihovom tumačenju unutar juda te načinu funkcioniranja organiziranih sustava (saveza) koji promiču i upravljaju sportskom aktivnosti na domaćoj i međunarodnoj razini.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će se upoznati s okolnostima i mjestom nastanka juda, upoznat će se s onim čimbenicima koji su doveli do većeg ili manjeg, bržeg i sporijeg širenja u Svijetu i Hrvatskoj. Te informacije mogu pomoći u nastavku širenja i popularizacije juda. Studenti će nakon apsolviranja ovog predmeta imati uvid u nova pravila juda te moći iste interpretirati kao i shvatiti njihovu svrhu u okviru ovog sporta. Studenti će steći uvid u organizaciju svih struktura koje djeluju u judu, a koje su važne za njegovo funkcioniranje od najmanje do najveće razine: udruga trenera, sportski klub, gradski ili županijski savez, nacionalni savez, Hrvatski olimpijski odbor, kontinentalni savez i svjetska federacija u judu.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će steći uvid u : 1. Okolnosti koje su dovele do nastanka juda 2. Okolnosti koje su dovele do širenja juda po svijetu 3. Okolnosti nastanka judo klubova u Hrvatskoj 4. Dosadašnji razvoj juda 5. One stavke koje su dovele do postavljanje pravila juda kao i u one koje su poticale njihovu reviziju i/ili nadogradnju 6. Unutarnji ustroj organizacija koje su nadležne za judo sport u Hrvatskoj i Svijetu 7. Uloga judo sporta u široj društvenoj zajednici		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja 1. Pojava juda u organiziranom obliku (2P) 2. Razvoj juda u Svijetu (2P) 3. Razvoj juda u Hrvatskoj (2P) 4. Službena međunarodna natjecanja (2P) 5. Sudjelovanja hrvatskih sportaša na međunarodnim natjecanjima u judu (2P) 6. Ustroj judo sporta u Hrvatskoj i Svijetu (2P) 7. Hrvatski olimpijski odbor i djelatnosti kojima judo savez sudjeluje u njemu (2P)		

	8. Hrvatski judo savez: statut, pravilnici i sektori djelovanja pojedinih odbora, savjeta i povjerenstava (2P) 9. Sudačka organizacija (2P) 10. Stručno trenerska komisija HJS-a (2P) 11. Judo klub - ustrojstvo i upravljanje(2P) 12. Službena međunarodna pravila (2P) 13. Razvoj pravila (2P) 14. Suđenje (2P) 15. Službeno osoblje (1P) 16. Utjecaj mijenjanja pravila na razvoj juda (1P)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	75%	3	Pohađanje nastave	25%	
				ukupno	**3.0 ECTS**	
Obvezna literatura	Sertić, H. (2004). Osnove borilačkih sportova. Zagreb: Kineziološki fakultet Judo u Zagrebu – pola stoljeća (2001). Zagreb: zagrebački judo savez.					
Dopunska literatura	1. www.ijf.org 2. www.kodokan.org					
Način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva Istraživački rad tijekom trajanja studija Anonimna studentska anketa					

KINEZIOLOŠKA ANALIZA JUDA (146467)

Nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Hvoje Sertić**	
Kancelarija		155	
Konzultacije		srijedom od 11.30 do 12.30 sati	
e-mail		hrvoje.sertic@kif.hr	
Telefon		+38513658755	
Nastavnik		**izv.prof. dr. sc. Ivan Segedi**	
Kancelarija		140/1	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		ivan.segedi@kif.hr	
Telefon		+38513658739	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	9.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	90(45P+5S+40V)	očekivani broj studenata na predmetu	3
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Kineziološka analiza juda ima za cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za strukturne i biomehaničke karakteristike svih faza i podfaza sportske aktivnosti, a koje zajedno tvore strukture gibanja te strukture situacija u judu.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Kineziološka analiza juda studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za definiranje struktura gibanja i struktura situacija u natjecateljskom sportu i rekreaciji. Znanja stečena u okviru ovog predmeta omogučit će studentima da samostalno analiziraju sportsku aktivnost, donose zaključke o principima izvođenja tehnike u ovom polistrukturalnom acikličkom sportu te pravilnije strukturiraju trenažne postupke.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja: - tipičnim strukturama gibanja u judu - tipičnim strukturama situacija u judu - kinematičkim karakteristikama struktura sporta - kinetičkim karakteristikama struktura u judu - funkcionalnim sposobnostima u judu - anatomskim karakteristikama motoričke izvedbe u judu - karakteristikama juda prema strukturnoj složenosti - karakteristikama juda prema dominaciji energetskih procesa - karakteristikama juda prema načinu registracije sportskog rezultata - notacijska analiza		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja, seminari i vježbe 1. Analiza sportske aktivnosti prema strukturnoj složenosti (4P+4V) 2. Analiza sportske aktivnosti prema biomehaničkim parametrima (4P*4V) 3. Analiza sportske aktivnosti prema dominaciji energetskih procesa (4P+4V) 4. Analiza tehnika stavova, hvatova, kretanja i padova u judu (5P+5S) 5. Analiza tehnika bacanja u judu (6P + 6V) 6. Analiza tehnika zahvata, poluga i gušenja u judu (6P + 6V) 7. Analiza struktura, podstruktura i strukturnih elemenata taktike u judu (6P + 6V) 8. Fazna struktura izvedbe taktičkih elemenata (6P + 6V)		

	9. Komparativna analiza izvedbe tehničkih elemenata sportaša različite dobi, različite težinske kategorije i razine natjecanja (2P+2V) 10. Komparativna analiza izvedbe taktičkih elemenata sportaša različite dobi, različite težinske kategorije i razine natjecanja (2P+2V)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	11%	1	Pohađanje nastave	11%	1
	Usmeni ispit	34%	3	Praktični ispit	44%	4
				ukupno	**9.0 ECTS**	
Obvezna literatura	Sertić, H. (2004). Osnove borilačkih sportova. Zagreb: Kineziološki fakultet Lucić, J., Gržeta, M. (2000). Judo u hrvatskoj vojsci. Zagreb: Ministarstvo obrane Republike Hrvatske. Lucić, J., Gržeta, M. (2006). Judo u hrvatskoj vojsci – knjiga druga. Zagreb: Ministarstvo obrane Republike Hrvatske.					
Dopunska literatura	1. Sertić, H., Segedi, I., Sterkowicz, S. (2007). Differences of the groups of throws used by men and woman in different weight categories during the European Junior Judo Championships. 1st European Scientific Congress of Judo. 10.04.2008., Lisabon, Portugal 2. Sertić, H., Segedi, I., Vučak, T. (2009). Technical efficiency of men judokas during the european championships (u 23) in Zagreb 2008. In: Scardone Diego (ed) Annals for the 6th International Science of Judo Symposium. Rotterdam, Netherlands, 25.08.2009. (20). 3. Segedi, I., Sertić, H., Vučak, T. (2009). Technical efficiency of women judokas during the european championships (u 23) in Zagreb 2008. In: Scardone Diego (ed) Annals for the 6th International Science of Judo Symposium. Rotterdam, Netherlands, 25.08.2009. (36). 4. Sertić, H., Segedi, I, Lindi, H. (2010). European, Brazilian and Japanese Judo Fighting Style. EJU Poster Presentation for research. Vienna, Austria, 21.04.2010..					
Način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva Istraživački rad tijekom trajanja studija Anonimna studentska anketa					

ANTROPOLOŠKA ANALIZA U JUDU (146468)

Nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Hvoje Sertić**	
Kancelarija		155	
Konzultacije		srijedom od 11.30 do 12.30 sati	
e-mail		hrvoje.sertic@kif.hr	
Telefon		+38513658755	
Nastavnik		**izv.prof. dr. sc. Ivan Segedi**	
Kancelarija		140/1	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		ivan.segedi@kif.hr	
Telefon		+38513658739	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	45 (30P+15S)	očekivani broj studenata na predmetu	3
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Antropološka analiza juda ima za cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za antropološke karakteristike tj. važnosti antropoloških karakteristika i sposobnosti u judu (natjacateljskom, rekreativnom i edukativnom).		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Antropološka analiza juda studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za definiranje važnosti antropoloških karakteristikama i sposobnosti u svim fazama bavljenja sportom (edukacija i vrhunski sport) kao i bavljenjem sportom u svrhu rekreacije. Studenti će ovladati znanjima o utjecaju antropoloških karakteristika na uspješnost u ovoj sportskoj aktivnosti kako i utjecaju juda na pravilnije usmjeravanje razvoja svih antropoloških sposobnosti i karakteristika.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o: - antropološkim karakteristikama sportaša različite spola, dobi, težinske kategorije i kvalitete - utjecaju različitih antropoloških obilježja (jednadžba specifikacije) na uspješnost u judu. - psihološkim karakteristikama sportaša te utjecaju psihološke i sociološke komponente na postizanju rezultata u judu. - utjecaj etičkih principa i moralnog kodeksa u judu na psihosocijalni razvoj pojedinca - međusobnoj povezanosti antropoloških karakteristika i sposobnosti. - međusobnoj povezanosti antropoloških karakteristika i specifičnih motoričkih znanja - strukturi i relaciji karakteristika, sposobnosti, osobina i znanja. - modalnim vrijednostima vrhunskih sportaša u judu. - utjecaju sporta na razvoj i održavanje različitih antropoloških obilježja u različitim dobnim skupinama sportaša i rekreativaca.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Specifične sposobnosti i znanja judaša (3P + 2S) 2. Specifične antropološke karakteristike sportaša različitog spola, težinske kategorije, dobi i kvalitete (3P + 1S) 3. Utjecaj različitih antropoloških obilježja na uspješnost u judu (jednadžba specifikacije) i modaliteti za njeno utvrđivanje (2P + 1S) 4. Modelne karakteristike treniranosti judu (2P + 2S) 5. Povezanost antropometrijskih obilježja sportaša sa uspješnošću u judu (3P + 1S) 6. Povezanost funkcionalnih obilježja sportaša sa uspješnošću u judu (3P + 1S) 7. Povezanost motoričkih sposobnosti sportaša sa uspješnošću u judu (3P + 1S)		

	8. Povezanost kognitivnih sposobnosti i konativnih obilježja sportaša sa uspješnošću u judu (3P + 1S) 9. Sociološke komponente u judu (2P + 1S) 10. Upoznavanje sa specifičnim testovima za procjenu stanja treniranosti (2P + 1S) 11. Suradnja stručnog tima (trener - kineziolog, psiholog, sociolog, liječnik) u procjeni i vrednovanju treniranosti u judu (2P + 1S) 12. Utjecaj sporta na razvoj i održavanje različitih antropoloških obilježja mlađih dobnih kategorija (2P + 2S)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	34%	2	Seminarski rad	16%	1
	Usmeni ispit	34%	2	Pohađanje nastave	16%	
				ukupno	**5.0 ECTS**	
Obvezna literatura	Sertić, H. (2004). Osnove borilačkih sportova. Zagreb: Kineziološki fakultet Lucić, J., Gržeta, M. (2000). Judo u hrvatskoj vojsci. Zagreb: Ministarstvo obrane Republike Hrvatske. Lucić, J., Gržeta, M. (2006). Judo u hrvatskoj vojsci – knjiga druga. Zagreb: Ministarstvo obrane Republike Hrvatske.					
Dopunska literatura	1. Krstulović, S., Sekulić, D., Sertić, H. (2005): Anthropological determinants of Success in young Judoists. Collegium Antropologicum 29:(2), 315-322. 2. Sertić, H., Segedi, I., Žvan, M. (2007). Relations of certain anthropometric variables with the performance quality of throwing techniques in judo. Kinesiologia Slovenica, Vol 13 (1), 48-60. 3. Sertić, H., Sterkowicz, S., Vuleta, D. (2009). Influence of latent motor abilities on performance in judo. Kinesiology, Vol. 41 (1): 76-87.					
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa					

METODIKA U JUDU I (146469)

Nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Hvoje Sertić**	
Kancelarija		155	
Konzultacije		srijedom od 11.30 do 12.30 sati	
e-mail		hrvoje.sertic@kif.hr	
Telefon		+38513658755	
Nastavnik		**izv.prof. dr. sc. Ivan Segedi**	
Kancelarija		140/1	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		ivan.segedi@kif.hr	
Telefon		+38513658739	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	60 (30P + 30V)	očekivani broj studenata na predmetu	3
ciljevi predmeta	Prvi cilj predmeta je omogućiti studentima usvajanje temeljnih teorijskih i praktičnih znanja o važnosti i utjecaju kondicijske pripreme na natjecateljski rezultat u judu. Drugi cilj predmeta jest upoznati studente sa zakonitostima upravljanja trenažnim procesom u svrhu razvoja bazičnih i specifičnih kondicijskih sposobnosti judaša.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Nakon apsolviranja predmeta studenti će biti osposobljeni za izradu, provedbu i kontrolu metodički ispravnog kondicijskog trenažnog procesa kod svih dobnih uzrasta i natjecateljskih kategorija u judu.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o: - važnosti kvantitativnih motoričkih sposobnosti (snaga, izdržljivost, brzina, fleksibilnost) u judu - važnosti kvalitativnih motoričkih sposobnosti (koordinacija, ravnoteža, preciznost) u judu - utjecaju bazičnih i specifičnih funkcionalnih sposobnosti u judu - metodici razvoja bazičnih motoričkih sposobnosti u judu - metodici razvoja specifičnih motoričkih sposobnosti u judu - metodici razvoja bazičnih funkcionalnih sposobnosti u judu - metodici razvoja specifičnih funkcionalnih sposobnosti u judu		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**Predavanja i vježbe (svaka se nastavna tema obrađuje 1P+1V osim tema pod red.br. 2 i 28. koje se obrađuju 2P+2V))** 1. Osnovni pedagoški i didaktički principi u kondicijskom treningu sportaša 2. Osnovni metodički principi u kondicijskom treningu sportaša 3. Organizacijske i metodičke forme kondicijskog treninga sportaša 4. Lokaliteti, oprema i pomagala za kondicijski trening u judu 5. Organizacijski oblici kondicijske pripreme u judu 6. Klasifikacija metoda vježbanja za razvoj kondicijskih sposobnosti u judu 7. Metodika razvoja snage u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi judaša 8. Metodika razvoja brzine u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi judaša 9. Metodika razvoja izdržljivosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi judaša 10. Metodika razvoja fleksibilnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi judaša		

	11. Metodika razvoja koordinacije u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi judaša 12. Metodika razvoja agilnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi judaša 13. Metodika razvoja preciznosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi judaša 14. Metodika razvoja ravnoteže u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi judaša 15. Metodika razvoja aerobnih sposobnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi judaša 16. Metodika razvoja anaerobnih (glikolitičkih i fosfagenih) sposobnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi judaša 17. Metodika razvoja snage u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi judaša 18. Metodika razvoja brzine u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi judaša 19. Metodika razvoja izdržljivosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi judaša 20. Metodika razvoja fleksibilnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi judaša 21. Metodika razvoja koordinacije u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi judaša 22. Metodika razvoja agilnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi judaša 23. Metodika razvoja preciznosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi judaša 24. Metodika razvoja ravnoteže u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi judaša 25. Metodika razvoja aerobnih sposobnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi judaša 26. Metodika razvoja anaerobnih (glikolitičkih i fosfagenih) sposobnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi judaša 27. Metodika razvoja i održavanja morfoloških obilježja sportaša u judu 28. Kontrola kondicijske pripremljenosti judaša
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci

Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	25%	2	Seminarski rad	12,5%	1
	Usmeni ispit	50%	3	Pohađanje nastave	12,5%	1
				ukupno	**7.0 ECTS**	

Obvezna literatura	Sertić, H. (2004). Osnove borilačkih sportova. Zagreb: Kineziološki fakultet Lucić, J., Gržeta, M. (2000). Judo u hrvatskoj vojsci. Zagreb: Ministarstvo obrane Republike Hrvatske. Lucić, J., Gržeta, M. (2006). Judo u hrvatskoj vojsci – knjiga druga. Zagreb: Ministarstvo obrane Republike Hrvatske.
Dopunska literatura	1. Sertić, H., Segedi, I., Vučak, T. (2009). Technical efficiency of men judokas during the European championships (u 23) in Zagreb 2008. In: Scardone Diego (ed) Annals for the 6th International Science of Judo Symposium. Rotterdam, Netherlands, 25.08.2009. (20). 2. Segedi, I., Sertić, H., Vučak, T. (2009). Technical efficiency of women judokas during the European championships (u 23) in Zagreb 2008. In: Scardone Diego (ed) Annals for the 6th International Science of Judo Symposium. Rotterdam, Netherlands, 25.08.2009. (36). 3. Sertić, H., Segedi, I., Vidranski, T. (2009). Metodika treninga judaša različitih dobnih kategorija. U: Findak, V. (ur.) Zborniku radova 18. ljetne škola kineziologa Republike Hrvatske, Poreč, 23.-27.06.2009. (str.464-468). Zagreb, Hrvatski kineziološki savez. 4. Sertić, H., Segedi, I., Sterkowicz, S. (2007). Differences of the groups of throws used by men and woman in different weight categories during the European Junior Judo Championships. 5th International Judo Federation World Research Symposium, Rio de Janeiro, Brazil, 12. September.
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U JUDU I (146470)

Nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Hvoje Sertić**				
Kancelarija		155				
Konzultacije		srijedom od 11.30 do 12.30 sati				
e-mail		hrvoje.sertic@kif.hr				
Telefon		+38513658755				
studijski program	Stručni studij	status predmeta			specijalistički	
Semestar	II.	godina studija			I.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost			0.0 ECTS	
mjesto izvođenja						
način izvođenja nastave	30V	očekivani broj studenata na predmetu			3	
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.					
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.					
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Sudjelovati u praćenju i provedbi dijagnostičkih postupaka sportaša i rekreativaca u okviru svoje specijalnosti - Sudjelovanje u metodičkom oblikovanju trenažnoga rada za razvoj bazičnih i specifičnih sposobnosti i osobina - Sudjelovanje u metodičkom oblikovanju trenažnoga rada za stjecanje motoričkih znanja					
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Praćenje oglednih treninga koje provode treneri specijalisti (10V) - Praćenje i registracija parametara trenažnog rada u sportskim klubovima, fitnes centrima i centrima za kondicijsku pripremu i rekreacijskim centrima (10V) - Pomaganje, asistiranje u procesu sportske pripreme djece i mladih sportaša (10V)					
Obveze studenata	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.					
Praćenje rada studenata	Praktični rad	100%				
				ukupno	**0.0 ECTS**	
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa					

SMJER – KONJIČKI SPORT – II. SEM

Šifra predmeta	PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
172350	Povijest, pravila i organizacija konjičkog sporta	izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić	30			3
172351	Kineziološka analiza konjičkog sporta	izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić	45	5	40	9
172352	Antropološka analiza u konjičkom sportu	izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić	30	15		5
172353	Metodika u konjičkom sportu 1	izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić	30		30	7
172354	Stručno-trenerska praksa u konjičkom sportu 1	izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić			30	
		UKUPNO	**135**	**20**	**100**	**24**

POVIJEST, PRAVILA I ORGANIZACIJA KONJIČKOG SPORTA (172350)

Nositelj predmeta		**izv. prof. dr.sc. Vlatko Vučetić**	
Kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 7)	
Konzultacije		Konzultacije se održavaju svaku srijedu u 9:00.	
e-mail		vlatko.vucetic@kif.hr	
Telefon		+38513658663	
Vanjski suradnik		**doc. dr. sc. Jelena Ramljak**	
e-mail		jelena.ramljak@kif.hr	
Vanjski suradnik		**prof. dr. sc. Mirjana Baban**	
e-mail		mirjana.baban@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Ivana Ljubić, dr. med. vet.**	
e-mail		ivana.ljubic@kif.hr	
Vanjski suradnik		**izv. prof. dr.sc. Romana Caput-Jogunica**	
e-mail		romana.caput.jogunica@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Iva Strajher, dr. med.**	
e-mail		iva.strajher@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Željko Gagro, tajnik HKS**	
e-mail		zeljko.gagro@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Jahačka dozvola i/ili višegodišnje iskustvo u konjičkom sportu. Potpisan sporazum o pohađanju nastave na vlastitu odgovornost	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	30(30P)	očekivani broj studenata na predmetu	3
ciljevi predmeta	Studenti će se upoznati razvojni put i cjelokupnu organizaciju konjičkog sporta u Republici Hrvatskoj. Osim sustava sporta čija je krovna organizacija Hrvatski olimpijski odbor kao nevladina udruga te resorno ministarstvo kao vladino tijelo, studenti će upoznati rad strukturu i nadležnosti nacionalnog sportskog saveza – Hrvatskog konjičkog saveza. Za ovaj studijski program od posebnog su interesa trenerske i sudačke organizacije u konjičkom sportu. Osnova funkcioniranja sustava su dokumenti koji ga propisuju, a koje će studenti analizirati i usporediti njihovu primjenu u praksi. Dio dokumenata odnosi se na natjecanja u konjičkom sportu, koji će se nakon teorijskog dijela provjeriti u praksi odlaskom na teren i analizom na natjecanju u konjičkom sportu.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Student će moći: 1. Nabrojati najvažnije povijesne odrednice u razvoju konjičkog sporta u Hrvatskoj. 2. Opisati sustav organizacije konjičkog sporta u Hrvatskoj. 3. Navesti olimpijske discipline u konjičkom sportu i najvažnije rezultate hrvatskih predstavnika. 4. Navesti dokumente kojima se propisuje sustav i organizacija konjičkog sporta. 5. Nabrojati aktivnosti potrebne za osnivanje kluba.		

	6. Usporediti razlike sustava i organizacije natjecanja u konjičkom sportu u Hrvatskoj i Europi. 7. Navesti osnovne korake u pružanju prve pomoći jahaču i konju na treningu i natjecanju. 8. Objasniti organizaciju sudaca i trenera u konjičkom sportu.
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će steći uvid u : 1. Okolnosti koje su dovele do nastanka sporta 2. Način širenja i popularizacije sportske aktivnosti 3. Dosadašnji razvoj sporta 4. One stavke koje su dovele do postavljanje pravila sportske aktivnosti kao i u one koje su poticale njihovu reviziju i/ili nadogradnju 5. Unutarnji ustroj organizacija koje su nadležne za sport u Hrvatskoj i Svijetu
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i terenska nastava: 1. Sustav: HOO i Hrvatski konjički savez : statut, pravilnici i sektori djelovanja pojedinih odbora, savjeta i povjerenstava (2P) 2. Razvoj jahanja kroz povijest (4P) 3. Razvoj i raširenost konjičkog sporta u Hrvatskoj i Svijetu (2P) 4. Sustav i organizacija konjičkog sporta u Hrvatskoj i Svijetu(2P) 5. Sudjelovanja hrvatskih reprezentativaca na međunarodnim natjecanjima u konjičkom sportu (1P) 6. Financiranje konjičkog sporta (2P) 7. Osnove o konjičkim disciplinama i natjecanjima (4P) 8. Organizacija sudaca u konjičkom sportu i službena pravila (2P) 9. Organizacija trenera u konjičkom sportu (2P) 10. Konjički klub - ustrojstvo i upravljanje(1P)¸ 11. Karijera sportaša i trenera u konjičkom sportu (2P) 12. Uloga trenera u pružanju prve pomoći (4P) 13. Organizirani posjet natjecanju (2P)
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci

Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	75%	2	Pohađanje nastave	25%	1
				ukupno	**3.0 ECTS**	

Obvezna literatura	Ivanković, A., Caput-Jogunica, R. i Ramljak, J. (2014) Jahanje. Sveučilišni priručnik. Hrvatska olimpijska akademija, Sveučilište u Zagrebu Agronomski fakultet. Hrvatski konjički savez (2008) Radna knjiga za školovanje voditelja i trenera jahanja. Prvo izdanje, Zagreb. Hrvatski konjički savez (2010) Pravilnici o organizaciji i provođenju natjecanja na konjičkim turnirima (http://www.hks.hr; preuzeto: 02.02.2011).
Dopunska literatura	Caput, P., Ivanković, A., Mioč, B. (2010): Očuvanje biološke baštine u stočarstvu. Hrvatska mljekarska udruga, Zagreb. Ivanković, A. (2004): Konjogojstvo. Hrvatsko agronomsko društvo. Zagreb
Način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva Istraživački rad tijekom trajanja studija Anonimna studentska anketa

KINEZIOLOŠKA ANALIZA KONJIČKOG SPORTA (172351)

Nositelj predmeta		**izv. prof. dr.sc. Vlatko Vučetić**	
Kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 7)	
Konzultacije		Konzultacije se održavaju svaku srijedu u 9:00.	
e-mail		vlatko.vucetic@kif.hr	
Telefon		+38513658663	
Vanjski suradnik		**doc. dr. sc. Jelena Ramljak**	
e-mail		jelena.ramljak@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Prof. dr.sc. Ante Ivanković**	
e-mail		ante.ivankovic@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Matea Kocsis, mag. cin.**	
e-mail		matea.kocsis@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Irena Čaplar, mag. cin.**	
e-mail		irena.caplar@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Tihana Brlas, mag. elekt.**	
e-mail		tihana.brlas@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Gordana Pavić, dr.med. vet**	
e-mail		gordana.pavic@kif.hr	
Vanjski suradnik		**doc.dr.sc. Nika Brkljača Bottegaro**	
e-mail		nika.brkljaca.botterago@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Jahačka dozvola i/ili višegodišnje iskustvo u konjičkom sportu. Potpisan sporazum o pohađanju nastave na vlastitu odgovornost	bodovna vrijednost	9.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	90(45P+5S+40V)	očekivani broj studenata na predmetu	3
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Kineziološka analiza disciplina konjičkih disciplina ima za cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za strukturne i biomehaničke karakteristike jahanja i konjičkih disciplina: preponsko jahanje, dresurno jahanje, daljinsko jahanje i terapijsko jahanje.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Nakon uspješno položenog predmeta Kineziološka analiza jahanja i konjičkih disciplina studenti će usvojiti teorijska i praktična znanja o lokomotornom sustavu konja i o pravilnoj tehnici držanja na konju. Studenti će moći objasniti osnovne posebnosti konjičkih disciplina koje su najviše zastupljene u konjičkom sportu, sportskoj rekreaciji i kineziterapiji na konjima u Hrvatskoj, a to su: preponsko jahanje, dresurno jahanje, daljinsko jahanje i terapijsko jahanje.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: 1. Navesti osobitosti lokomotornog sustava konja. 2. Nabrojati pasmine konja koje se najviše koriste u konjičkom sportu. 3. Opisati načine kretanja konja. 4. Navesti osnovne vrste hoda. 5. Nabrojati osnovne elemente pojedinih konjičkih disciplina.		

	6. Objasniti posebnosti pojedine konjičke discipline u odnosu na pasmine konja i dominantne sposobnosti jahača. 7. Praktično pokazati pravilnu tehniku držanja tijela na konju. 8. Kategorizirati elemente u konjičkim disciplinama prema složenosti.
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja, seminari i vježbe 1.Osobitosti lokomotornog sustava konja. (6P + 4V) 2.Analiza jahanja prema strukturnoj složenosti (pasmine konja , načini kretanja konja, osnovne vrste hoda).(4P + 2S+2V) 3.Analiza jahanja u konjičkim disciplinama. (6P + 4V) 4.Registracija i analiza biomehaničkih pokazatelja pasmina konja (analiza i video prikazi natjecanja u Hrvatskoj i međunarodnih natjecanja). (P4 + 4V) 5.Analiza tehnike jahanja (držanje tijela jahača, najčešće pogreške).6P + 10V) 6.Komparativna analiza osnovnih elemenata konjičkih disciplina (preponsko jahanje, dresurno jahanje, daljinsko jahanje, voltažiranje i ostalih).(10 P+ 6V+ 4S) 7.Analiza preponskog jahanja (pasmine konja, dominantne sposobnosti konja, dominantne sposobnosti jahača).(P2) 8.Analiza dresurnog jahanja (pasmine konja, dominantne sposobnosti konja, dominantne sposobnosti jahača, osnovni elementi).(P2) 9.Analiza daljinskog jahanja (pasmine konja, dominantne sposobnosti konja, dominantne sposobnosti jahača, osnovni elementi).(P2) 10.Analiza terapijskog jahanja (pasmine konja, vrste programa, preduvjeti provedbe).(P4+ 8V)
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci

Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	11%	1	Pohađanje nastave	11%	1
	Usmeni ispit	34%	3	Praktični ispit	44%	4
				ukupno	**9.0 ECTS**	

Obvezna literatura	Ivanković, A., Caput-Jogunica, R. i Ramljak, J. (2014) Jahanje. Sveučilišni priručnik. Hrvatska olimpijska akademija, Sveučilište u Zagrebu Agronomski fakultet. Perinović, M. (2013.) Osnove metodike treninga u preponskom jahanju. Diplomski rad. Kineziološki fakultet u Zagrebu Patačko Z. (2004). Terapijsko jahanje za osobe s invaliditetom. (Diplomski rad) Sveučilište u Zagrebu Agronomski fakultet.
Dopunska literatura	Denoix JM (2014): Biomechanics and Physical training of the horse. CRC Press. Williams G (2014): Horse movement: structure, function and rehabilitation. Ecir Oht. Pilliner S, S Elmhurst, Z Davies (2002): The horse in motion: the anatomy and physiology of equine locomotion. Blackwell Publishing.
Način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva Istraživački rad tijekom trajanja studija Anonimna studentska anketa

ANTROPOLOŠKA ANALIZA U KONJIČKOM SPORTU (172352)

Nositelj predmeta		**izv. prof. dr.sc. Vlatko Vučetić**	
Kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 7)	
Konzultacije		Konzultacije se održavaju svaku srijedu u 9:00.	
e-mail		vlatko.vucetic@kif.hr	
Telefon		+38513658663	
Vanjski suradnik		**doc. dr. sc. Jelena Ramljak**	
e-mail		jelena.ramljak@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Prof. dr.sc. Ante Ivanković**	
e-mail		ante.ivankovic@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Matea Kocsis, mag. cin.**	
e-mail		matea.kocsis@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Virna Jogunica, mag. nov.**	
e-mail		virna.jogunica@kif.hr0020	
Vanjski suradnik		**Maša Efendić, dr. med. vet.**	
e-mail		masa.efendic@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Prof. dr. sc. Nikica Prvanović Babić**	
e-mail		nikica.prvanovic.babic@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Gordana Pavić, dr.med. vet**	
e-mail		gordana.pavic@kif.hr	
Vanjski suradnik		**doc.dr.sc. Nika Brkljača Bottegaro**	
e-mail		nika.brkljaca.botterago@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Dean Zuber, mag. cin.**	
e-mail		dean.zuber@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Levanić Renato (Hrvatski konjički savez)**	
e-mail		renato.levanic@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Jahačka dozvola i/ili višegodišnje iskustvo u konjičkom sportu. Potpisan sporazum o pohađanju nastave na vlastitu odgovornost	bodovna vrijednost	5.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	45 (30P+15S)	očekivani broj studenata na predmetu	3
ciljevi predmeta	Cilj nastave iz predmeta Antropološka analiza jahanja i konjičkih disciplina je formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za antropološka obilježja jahača i antropološka obilježja konja, te važnosti pojedinih karakteristika, sposobnosti i osobina jahača i konja u pojedinim konjičkim disciplinama (preponsko jahanje, dresurno jahanje, daljinsko jahanje i terapijsko jahanje) u sportu (trening, natjecanja) te u sportskoj rekreaciji i kineziterapiji.		
Ishodi učenja na razini programa	Nakon uspješno položenog predmeta Antropološka analiza jahanja i konjičkih disciplina studenti će usvojiti teorijska i praktična znanja o: antropološkom prostoru jahača i konja, dominantnim sposobnostima i osobinama jahača i konja u školi jahanja te u pojedinim		

kojima predmet pridonosi	konjičkim disciplinama u sportu, u sportskoj rekreaciji i kineziterapiji. Vrlo važan segment u trenerskom poslu u konjičkom sportu je kondicijska priprema jahača i kondicijska priprema konja te teorijska i praktična znanja o utvrđivanja stanja treniranosti jahača i konja. Studenti će upoznati antropološki prostor temeljen na osnovi interdisciplinarnog pristupa u izradi analize s aspekta veterine, animalnih znanosti i kineziologije kako bi na kvalitetan način dobili uvid u antropološki prostor konjičkog sporta.
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: 1. Navesti dominantne sposobnosti i osobine jahača za uspješnost u konjičkom sportu. 2. Objasniti čimbenike u odabiru konja za pojedinu konjičku disciplinu. 3. Praktično analizirati ponašanje konja u različitim situacijama. 4. Opisati ulogu kondicijske pripreme u konjičkom sportu. 5. Identificirati zdravstveno stanje konja. 6. Navesti testove za procjenu stanja treniranosti jahača. 7. Objasniti važnost suradnje s ostalim članovima stručnog tima. 8. Opisati utjecaj jahanja na razvoj pojedinih antropoloških obilježja jahača različite dobi.
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Specifične sposobnosti i znanja jahača. (3P + 2S) 2. Specifične antropološke karakteristike jahača različitog spola i dobi. (3P + 2S) 3. Utjecaj različitih antropoloških obilježja na uspješnost u jahanju (jednadžba specifikacije). (2P + 3S) 4. Modalne karakteristike treniranosti u jahanju. (2P + 2S) 5. Odabir kategorije konja prema konjičkim disciplinama. (3P + 3S) 6. Povezanost funkcionalnih obilježja konja sa uspješnošću na natjecanju. (3P + 3S) 7. Ponašanje konja (etologija konja, odrastanje, učenje i razvoj vještina konja). (2P) 8. Povezanost kognitivnih sposobnosti i konativnih obilježja jahača sa uspješnošću u konjičkom sportu. (2P) 9. Sociološke komponente konjičkog sporta. (2P) 10. Uloga kondicijske pripreme u pripremi jahača. (2P) 11. Osnovni principi kondicijske pripreme konja. (2P) 12. Procjena zdravstvenog stanja konja. (2P) 13. Upoznavanje sa specifičnim testovima za procjenu stanja treniranosti jahača. (2P)
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci

Praćenje rada studenata						
	Pismeni ispit	20%	1,5	Pohađanje nastave	10%	0,5
	Usmeni ispit	30%	2	Seminarski rad	40%	1
				ukupno	**5.0 ECTS**	

Obvezna literatura	Ivanković, A., Caput-Jogunica, R. i Ramljak, J. (2014) Jahanje. Sveučilišni priručnik. Hrvatska olimpijska akademija, Sveučilište u Zagrebu Agronomski fakultet. Pavić, G. (2010.) 10 principa fiziologije treninga. Zagreb. Magazin o konjima i konjičkom sportu. Br. 34., 64-65. Kenneth W. Hinchcliff, Raymond J. Geor, Andris J. Kaneps (2008.): Equine Exercise Physiology. The Science of Exercise in the Athletic Horse Perinović, M. (2013.) Osnove metodike treninga u preponskom jahanju. Diplomski rad. Kineziološki fakultet u Zagrebu
Dopunska literatura	Powers, P., Harrison, A. (2002). Effects of the rider on the linear kinematics of jumping horses. Ireland: Sport biomehanics vol. 1 (2) 135 – 146. Department of Physical Education and Sport Sciences, University of Limerick. Handbook (2011) The BHS complete manual of equitation. The training of horse and rider. UK: The British Horse Society.
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

METODIKA U KONJIČKOM SPORTU I (172353)

Nositelj predmeta		**izv. prof. dr.sc. Vlatko Vučetić**	
Kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 7)	
Konzultacije		Konzultacije se održavaju svaku srijedu u 9:00.	
e-mail		vlatko.vucetic@kif.hr	
Telefon		+38513658663	
nastavnik		**doc. dr. sc. Hrvoje Podnar**	
e-mail		hrvoje.podnar@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Kosjenka Mikulčić, mag. cin.**	
e-mail		kosjenka.mikulcic@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Matea Kocsis, mag. cin.**	
e-mail		matea.kocsis@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Eduard Petrović**	
e-mail		eduard.petrovic@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Maša Efendić, dr. med. vet.**	
e-mail		masa.efendic@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Saša Šolja, mag. cin.**	
e-mail		sasa.solja@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Irena Čaplar, mag. cin.**	
e-mail		irena.caplar@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Ivana Ljubić, dr. med. vet**	
e-mail		ivana.ljubic@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Kristijan Barbić**	
e-mail		kristijan.barbic@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Jahačka dozvola i/ili višegodišnje iskustvo u konjičkom sportu. Potpisan sporazum o pohađanju nastave na vlastitu odgovornost	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	60 (30P + 30V)	očekivani broj studenata na predmetu	3
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima usvajanje temeljnih teorijskih i praktičnih znanja o važnosti i utjecaju kondicijske pripreme na tehniku jahanja. Drugi cilj predmeta jest upoznati studente sa higijenom i uvjetima držanja konja.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Nakon apsolviranja predmeta studenti će biti osposobljeni za planiranje i provedbu metodički ispravnog kondicijskog trenažnog procesa za polaznike škole jahanja različite dobi i spola.		

Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: 1. Navesti osnovne pedagoške, metodičke i didaktičke principe u kondicijskom treningu polaznika škole jahanja. 2. Opisati uvjete za držanje konja. 3. Klasificirati vježbe za razvoj pojedinih motoričkih sposobnosti. 4. Navesti organizacijske oblike kondicijske pripreme u školi jahanja. 5. Praktično prikazati vježbe za razvoj koordinacije na konju s hvataljkama i na konju. 6. Praktično prikazati metodiku za razvoj aerobnih sposobnosti jahača. 7. Objasniti načine kontrole kondicijske pripremljenosti jahača.
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Osnovni pedagoški i didaktički principi u kondicijskom treningu polaznika škole jahanja. (2P) 2. Osnovni metodički principi u kondicijskom treningu polaznika škole jahanja. (2P) 3. Organizacijske i metodičke forme kondicijskog treninga polaznika škole jahanja (ljetne škole, kampovi i dr.). (2P+2V) 4. Higijena i držanje konja. (3P) 5. Organizacijski oblici kondicijske pripreme u školi jahanja. (2P+2V) 6. Klasifikacija metoda vježbanja za razvoj kondicijskih sposobnosti u jahanju. (2P+2V) 7. Metodika razvoja snage u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi. (2P+4V) 8. Metodika razvoja brzine u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi. (2P+3V) 9. Metodika razvoja izdržljivosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi. (2P+3V) 10. Metodika razvoja fleksibilnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi. (2P+3V) 11. Metodika razvoja koordinacije (voltažiranje) u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi. (2P+2V) 12. Metodika razvoja preciznosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi. (2P+3V) 13. Metodika razvoja ravnoteže u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi. (2P+3V) 14. Metodika razvoja aerobnih sposobnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi. (2P+1V) 15. Kontrola kondicijske pripremljenosti jahača. (1P+2V)
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci

Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	25%	2	Pohađanje nastave	12,5%	1
	Usmeni ispit	50%	3	Seminarski rad	12,5%	1
				ukupno	**7.0 ECTS**	

Obvezna literatura	Ivanković, A., Caput-Jogunica, R. i Ramljak, J. (2014) Jahanje. Sveučilišni priručnik. Hrvatska olimpijska akademija, Sveučilište u Zagrebu Agronomski fakultet. Gagro, D. (1996.) Modeliranje procesa sportske pripreme u preponskom jahanju. (Diplomski rad) Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu. Milanović, D. (2009.) Teorija i metodika treninga. Zagreb. Odjel za izobrazbu trenera Društvenog veleučilišta u Zagrebu. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. Neljak, B. (2013.) Opća kineziološka metodika. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu Perinović, M. (2013.) Osnove metodike treninga u preponskom jahanju. Diplomski rad. Kineziološki fakultet u Zagrebu
Dopunska literatura	DEREK C. KNOTTENBELT, REG R. PASCOE (2003.): COLOR ATLAS OF DISEASES AND DISORDERS OF THE HORSE.
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U KONJIČKOM SPORTU I (172354)

Nositelj predmeta		**izv. prof. dr.sc. Vlatko Vučetić**			
Kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 7)			
Konzultacije		Konzultacije se održavaju svaku srijedu u 9:00.			
e-mail		vlatko.vucetic@kif.hr			
Telefon		+38513658663			
studijski program	Stručni studij	status predmeta		specijalistički	
Semestar	II.	godina studija		I.	
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost		0.0 ECTS	
mjesto izvođenja					
način izvođenja nastave	30 (30V)	očekivani broj studenata na predmetu		3	
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.				
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.				
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Sudjelovati u praćenju i provedbi dijagnostičkih postupaka sportaša i rekreativaca u okviru svoje specijalnosti - Sudjelovanje u metodičkom oblikovanju trenažnoga rada za razvoj bazičnih i specifičnih sposobnosti i osobina - Sudjelovanje u metodičkom oblikovanju trenažnoga rada za stjecanje motoričkih znanja				
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Praćenje oglednih treninga koje provode treneri specijalisti (10V) - Praćenje i registracija parametara trenažnog rada u sportskim klubovima, fitnes centrima i centrima za kondicijsku pripremu i rekreacijskim centrima (10V) - Pomaganje, asistiranje u procesu sportske pripreme djece i mladih sportaša (10V)				
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci				
Praćenje rada studenata	Praktični rad	100%			
				ukupno	**0.0 ECTS**
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.				

SMJER – NOGOMET – II. SEM

Šifra predmeta	PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
146416	Povijest, pravila i organizacija nogometa	izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić	30			3
146417	Kineziološka analiza nogometa	izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić	45	5	40	9
146418	Antropološka analiza u nogometu	izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić	30	15		5
146419	Metodika u nogometu 1	izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić	30		30	7
146420	Stručno-trenerska praksa u nogometu 1	izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić			30	
		UKUPNO	**135**	**20**	**100**	**24**

POVIJEST, PRAVILA I ORGANIZACIJA NOGOMETA (146416)

Nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić**	
Kancelarija		157	
Konzultacije		srijedom od 10.00 do 11.30	
e-mail		valentin.barisic@kif.hr	
Telefon		+38513658757	
Nastavnik		**dr. sc. Tihana Nemčić Bojić**	
Kancelarija		70	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		tihana.nemcic.bojic@kif.hr	
Telefon			
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	30(30P)	očekivani broj studenata na predmetu	12
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s osnovnim postavkama nogometa a koji su sadržani unutar tema povijesti, nastanka i razvoja, aktualnim pravilima i njihovom tumačenju unutar nogometa te načinu funkcioniranja organiziranih sustava (saveza) koji promiču i upravljaju nogometnom igrom na domaćoj i međunarodnoj razini.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će se upoznati s okolnostima i mjestom nastanka nogometa, upoznat će se s onim čimbenicima koji su doveli do većeg ili manjeg, bržeg i sporijeg širenja u Svijetu i Hrvatskoj. Te informacije mogu pomoći u nastavku širenja i popularizacije nogometa. Studenti će nakon apsolviranja ovog predmeta imati uvid u nova pravila nogometa te moći iste interpretirati kao i shvatiti njihovu svrhu u okviru nogometne igre. Studenti će steći uvid u organizaciju svih struktura koje djeluju u nogometu, a koje su važne za njegovo funkcioniranje od najmanje do najveće razine: udruga trenera, sportski klub, gradski ili županijski savez, nacionalni savez, Hrvatski olimpijski odbor, kontinentalni savez i svjetska federacija u nogometu		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će steći uvid u : 1. Okolnosti koje su dovele do nastanka nogometa 2. Način širenja i popularizacije nogometa 3. Dosadašnji razvoj nogometa 4. One stavke koje su dovele do postavljanje pravila nogometa kao i u one koje su poticale njihovu reviziju i/ili nadogradnju 5. Unutarnji ustroj organizacija koje su nadležne za nogomet u Hrvatskoj i Svijetu		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja 1. Pojava nogometa u organiziranom obliku (2P) 2. Razvoj i raširenost nogometa u Hrvatskoj i Svijetu (2P) 3. Svjetska i europska prvenstva za različite dobne kategorije (2P) 4. Službena međunarodna natjecanja (2P) 5. Sudjelovanja hrvatskih nogometašana međunarodnim natjecanjima u nogometu (2P) 6. Ustroj nogometa u Hrvatskoj i Svijetu (2P) 7. Hrvatski olimpijski odbor (2P) 8. Nacionalni sportski savez: statut, pravilnici i sektori djelovanja pojedinih odbora, savjeta i povjerenstava (2P) 9. Sudačka organizacija (2P) 10. Udruga trenera (2P)		

	11. Sportski klub - ustrojstvo i upravljanje(2P) 12. Službena međunarodna pravila (2P) 13. Razvoj pravila (2P) 14. Suđenje (2P) 15. Službeno osoblje (1P) 16. Utjecaj pravila na evoluciju modela sporta (1P)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	75%	3	Pohađanje nastave	25%	
	ukupno				**3.0 ECTS**	
Obvezna literatura	Giford, C. (2005). Nogometna enciklopedija. Profil multimedia, d.o.o. Nogometni leksikon (2004). Zagreb: Leksikografski zavod Miroslav Krleža. Pravila nogometne igre (1994). Zagreb: Hrvatski nogometni savez.					
Dopunska literatura						
Način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva Istraživački rad tijekom trajanja studija Anonimna studentska anketa					

KINEZIOLOŠKA ANALIZA NOGOMETA (146417)

Nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić**	
Kancelarija		157	
Konzultacije		srijedom od 10.00 do 11.30	
e-mail		valentin.barisic@kif.hr	
Telefon		+38513658757	
Nastavnik		**dr. sc. Tihana Nemčić Bojić**	
Kancelarija		70	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		tihana.nemcic.bojic@kif.hr	
Telefon			
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	9.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	90(45P+5S+40V)	očekivani broj studenata na predmetu	12
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Kineziološka analiza nogometa ima za cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za strukturne i biomehaničke karakteristike svih faza i podfaza nogometa, a koje zajedno tvore strukture gibanja te strukture situacija u nogometu.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Kineziološka analiza nogometa studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za definiranje struktura gibanja i struktura situacija u nogometnoj igri.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja: - tipičnim strukturama gibanja u nogometu - tipičnim strukturama situacija u nogometu - kinematičkim karakteristikama struktura u nogometu - kinetičkim karakteristikama struktura u nogometu - funkcionalnim sposobnostima u nogometu - anatomskim karakteristikama motoričke izvedbe u nogometu - karakteristikama nogometa prema strukturnoj složenosti - karakteristikama nogometa prema dominaciji energetskih procesa - karakteristikama nogometa prema načinu registracije sportskog rezultata - notacijska analiza		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja, seminari i vježbe 1. Analiza nogometne igre prema strukturnoj složenosti (4P+4V) 2. Analiza nogometne igre prema biomehaničkim parametrima (4P*4V) 3. Analiza nogometne igre prema dominaciji energetskih procesa (4P+4V) 4. Registracija i analiza biomehaničkih pokazatelja uspješnosti u nogometu (5P+5S) 5. Analiza struktura, podstruktura i strukturnih jedinica tehnike u nogometu (6P + 6V) 6. Fazna struktura izvedbe tehničkih elemenata (6P + 6V) 7. Analiza struktura, podstruktura i strukturnih elemenata taktike u nogometu (6P + 6V) 8. Fazna struktura izvedbe taktičkih elemenata (6P + 6V) 9. Komparativna analiza izvedbe tehničkih elemenata nogometaša različite dobi i razine natjecanja (2P+2V)		

	10. Komparativna analiza izvedbe taktičkih elemenata nogometaša različite dobi i razine natjecanja (2P+2V)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	11%	1	Pohađanje nastave	11%	1
	Usmeni ispit	34%	3	Praktični ispit	44%	4
	ukupno				**9.0 ECTS**	
Obvezna literatura	Barišić, V. (2007). Kineziološka analiza taktičkih sredstava u nogometnoj igri. Kineziološki fakultet, Zagreb: Doktorska disertacija. Dujmović, P. (2006). Škola suvremenog nogometa. Zagreb: Zagrebački nogometni savez. Priručnik za nogometne trenere (2008). UEFA A. Nogometna akademija Hrvatskoga nogometnog saveza.					
Dopunska literatura	Talović, M., Fiorentini, F., Sporiš, G., Ujević, B., Jovanović, M., (2011). Notacijska analiza u nogometu. Fakultet sporta i tjelesnoga odgoja, Sarajevo					
Način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva Istraživački rad tijekom trajanja studija Anonimna studentska anketa					

ANTROPOLOŠKA ANALIZA U NOGOMETU (146418)

Nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić**	
Kancelarija		157	
Konzultacije		srijedom od 10.00 do 11.30	
e-mail		valentin.barisic@kif.hr	
Telefon		+38513658757	
Nastavnik		**dr. sc. Tihana Nemčić Bojić**	
Kancelarija		70	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		tihana.nemcic.bojic@kif.hr	
Telefon			
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	5.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	45 (30P+15S)	očekivani broj studenata na predmetu	12
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Antropološka analiza u nogometu ima za cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za antropološke karakteristike tj. važnosti antropoloških karakteristika i sposobnosti u nogometu (natjacateljskom, rekreativnom i edukativnom).		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Antropološka analiza u nogometu studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za definiranje važnosti antropoloških karakteristikama i sposobnosti u svim fazama bavljenja nogometom (edukacija i vrhunski sport) kao i bavljenjem nogometom u svrhu rekreacije.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o: - antropološkim karakteristikama nogometaša različite spola, dobi i kvalitete - utjecaju različitih antropoloških obilježja (jednadžba specifikacije) na uspješnost u nogometu. - psihološkim karakteristikama nogometaša te utjecaju psihološke i sociološke komponente na postizanju rezultata u nogometu. - međusobnoj povezanosti antropoloških karakteristika i sposobnosti. - međusobnoj povezanosti antropoloških karakteristika i specifičnih motoričkih znanja - strukturi i relaciji karakteristika, sposobnosti, osobina i znanja. - modalnim vrijednostima vrhunskih sportaša u nogometu. - utjecaju nogometa na razvoj i održavanje različitih antropoloških obilježja u različitim dobnim skupinama nogometaša.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Specifične sposobnosti i znanja nogometaša (3P + 2S) 2. Specifične antropološke karakteristike nogometaša različitog spola, dobi i kvalitete (3P + 1S) 3. Utjecaj različitih antropoloških obilježja na uspješnost u nogometu (jednadžba specifikacije) (2P + 1S) 4. Modelne karakteristike treniranosti u nogometu (2P + 2S) 5. Povezanost antropometrijskih obilježja nogometaša sa uspješnošću u nogometu (3P + 1S) 6. Povezanost funkcionalnih obilježja nogometaša sa uspješnošću u nogometu (3P + 1S) 7. Povezanost motoričkih sposobnosti nogometaša sa uspješnošću u nogometu (3P + 1S)		

	8. Povezanost kognitivnih sposobnosti i konativnih obilježja nogometaša sa uspješnošću u nogometu (3P + 1S) 9. Sociološke komponente u nogometu (2P + 1S) 10. Upoznavanje sa specifičnim testovima za procjenu stanja treniranosti (2P + 1S) 11. Suradnja stručnog tima (trener - kineziolog, psiholog, sociolog, liječnik) u procjeni i vrednovanju treniranosti u nogometu (2P + 1S) 12. Utjecaj nogometa na razvoj i održavanje različitih antropoloških obilježja mlađih dobnih kategorija (2P + 2S)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	34%	2	Pohađanje nastave	16%	
	Usmeni ispit	34%	2	Seminarski rad	16%	1
	ukupno				**5.0 ECTS**	
Obvezna literatura	Mišigoj-Duraković, M. i sur. (1995). Morfološka antropometrija u športu. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu. Barišić, V. (1996). Strukturna analiza nogometne igre na temelju nekih antropoloških karakteristika. Magistarski rad. Zagreb, Fakultet za fizičku kulturu. Marković, G., Bradić, A. (2008). Nogomet – integralni kondicijski trening.					
Dopunska literatura	Jerković, S., Barišić, V., Birkić, Ž., Šimenc, Z. (1996). Hijerarhijska klaster analiza pozicija igrača u nogometnoj igri definiranih antropološkim obilježjima. In Dragan Milanović (ur), Zbornik radova 3. konferencije o sportu Alpe – Jadran „Dijagnostika u sportu“, Rovinj, 26-29. rujna (94-97). Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.					
Način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva Istraživački rad tijekom trajanja studija Anonimna studentska anketa					

METODIKA U NOGOMETU I (146419)

Nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić**	
Kancelarija		157	
Konzultacije		srijedom od 10.00 do 11.30	
e-mail		valentin.barisic@kif.hr	
Telefon		+38513658757	
Nastavnik		**dr. sc. Tihana Nemčić Bojić**	
Kancelarija		70	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		tihana.nemcic.bojic@kif.hr	
Telefon			
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	60 (30P + 30V)	očekivani broj studenata na predmetu	12
ciljevi predmeta	Prvi cilj predmeta je omogućiti studentima usvajanje temeljnih teorijskih i praktičnih znanja o važnosti i utjecaju kondicijske pripreme na natjecateljski rezultat u nogometu. Drugi cilj predmeta jest upoznati studente sa zakonitostima upravljanja trenažnim procesom u svrhu razvoja bazičnih i specifičnih kondicijskih sposobnosti.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Nakon apsolviranja predmeta studenti će biti osposobljeni za izradu, provedbu i kontrolu metodički ispravnog kondicijskog trenažnog procesa kod svih dobnih uzrasta i natjecateljskih kategorija u nogometu.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o - važnosti kvantitativnih motoričkih sposobnosti (snaga, izdržljivost, brzina, fleksibilnost) u nogometu - važnosti kvalitativnih motoričkih sposobnosti (koordinacija, ravnoteža, preciznost) u nogometu - utjecaju bazičnih i specifičnih funkcionalnih sposobnosti u nogometu - metodici razvoja bazičnih motoričkih sposobnosti - metodici razvoja specifičnih motoričkih sposobnosti - metodici razvoja bazičnih funkcionalnih sposobnosti - metodici razvoja specifičnih funkcionalnih sposobnosti		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (svaka se nastavna tema obrađuje 1P+1V osim tema pod red.br. 2 i 28. koje se obrađuju 2P+2V)) 1. Osnovni pedagoški i didaktički principi u kondicijskom treningu nogometaša 2. Osnovni metodički principi u kondicijskom treningu nogometaša 3. Organizacijske i metodičke forme kondicijskog treninga nogometaša 4. Lokaliteti, oprema i pomagala za kondicijski trening u nogometu 5. Organizacijski oblici kondicijske pripreme u nogometu 6. Klasifikacija metoda vježbanja za razvoj kondicijskih sposobnosti u nogometu 7. Metodika razvoja snage u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 8. Metodika razvoja brzine u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 9. Metodika razvoja izdržljivosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 10. Metodika razvoja fleksibilnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi		

	11. Metodika razvoja koordinacije u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 12. Metodika razvoja agilnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 13. Metodika razvoja preciznosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 14. Metodika razvoja ravnoteže u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 15. Metodika razvoja aerobnih sposobnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 16. Metodika razvoja anaerobnih (glikolitičkih i fosfagenih) sposobnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 17. Metodika razvoja snage u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 18. Metodika razvoja brzine u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 19. Metodika razvoja izdržljivosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 20. Metodika razvoja fleksibilnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 21. Metodika razvoja koordinacije u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 22. Metodika razvoja agilnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 23. Metodika razvoja preciznosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 24. Metodika razvoja ravnoteže u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 25. Metodika razvoja aerobnih sposobnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 26. Metodika razvoja anaerobnih (glikolitičkih i fosfagenih) sposobnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 27. Metodika razvoja i održavanja morfoloških obilježja nogometaša u nogometu 28. Kontrola kondicijske pripremljenosti nogometaša					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	25%	2	Pohađanje nastave	12,5%	1
	Usmeni ispit	50%	3	Seminarski rad	12,5%	1
	ukupno				**7.0 ECTS**	
Obvezna literatura	Marković, G., Bradić, A. (2008). Nogomet – integralni kondicijski trening. Dujmović, P. (1997). Fizička priprema nogometaša. Zagreb: Zagrebački nogometni savez – zbor trenera. Milanović, D. (2010). Teorija i metodika treninga. Primljenjena kineziologija u sportu. 2. dopunjeno i izmljenjeno izdanje. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.					
Dopunska literatura	1. Bompa, T. O. (2001). Periodizacija: teorija i metodologija treninga. Zagreb: Kineziološki fakultet. 2. Bompa, T. O. (2005). Cjelokupan trening za mlade pobjednike. Gopal, Zagreb. 3. Elsner, B. (1985). Metodika rada sa fudbalerima: specifične motoričke sposobnosti fudbalera. Beograd: Sportska knjiga. 4. Vrgoč, I. (2008). Kondicijski trening u nogometu. www.nogometnitrening.com					
Način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva Istraživački rad tijekom trajanja studija Anonimna studentska anketa					

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U NOGOMETU I (146420)

Nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić**		
Kancelarija		157		
Konzultacije		srijedom od 10.00 do 11.30		
e-mail		valentin.barisic@kif.hr		
Telefon		+38513658757		
Nastavnik		**dr. sc. Tihana Nemčić Bojić**		
Kancelarija		70		
Konzultacije		prema dogovoru putem e-maila		
e-mail		tihana.nemcic.bojic@kif.hr		
Telefon				
studijski program	Stručni studij	status predmeta		specijalistički
Semestar	II.	godina studija		I.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost		0.0 ECTS
mjesto izvođenja				
način izvođenja nastave	30 (30V)	očekivani broj studenata na predmetu		12
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.			
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.			
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Sudjelovati u praćenju i provedbi dijagnostičkih postupaka sportaša i rekreativaca u okviru svoje specijalnosti - Sudjelovanje u metodičkom oblikovanju trenažnoga rada za razvoj bazičnih i specifičnih sposobnosti i osobina - Sudjelovanje u metodičkom oblikovanju trenažnoga rada za stjecanje motoričkih znanja			
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Praćenje oglednih treninga koje provode treneri specijalisti (10V) - Praćenje i registracija parametara trenažnog rada u sportskim klubovima, fitnes centrima i centrima za kondicijsku pripremu i rekreacijskim centrima (10V) - Pomaganje, asistiranje u procesu sportske pripreme djece i mladih sportaša (10V)			
Obveze studenata	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.			
Praćenje rada studenata	Praktični rad	100%		
	ukupno			**0.0 ECTS**
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa			

SMJER – ODBOJKA – II. SEM

Šifra predmeta	PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
161643	Povijest, pravila i organizacija odbojke	izv. prof. dr. sc. Tomislav Đurković prof. dr. sc. Nenad Marelić izv. prof. dr. sc Tomica Rešetar	30			3
161644	Kineziološka analiza odbojke	prof. dr. sc. Nenad Marelić izv. prof. dr. sc. Tomislav Đurković izv. prof. dr. sc Tomica Rešetar	45	5	40	9
161645	Antropološka analiza u odbojci	izv. prof. dr. sc Tomica Rešetar prof. dr. sc. Nenad Marelić izv. prof. dr. sc. Tomislav Đurković	30	15		5
161646	Metodika u odbojci 1	prof. dr. sc. Nenad Marelić izv. prof. dr. sc. Tomislav Đurković izv. prof. dr. sc Tomica Rešetar	30		30	7
161647	Stručno-trenerska praksa u odbojci 1	prof. dr. sc. Nenad Marelić izv. prof. dr. sc Tomica Rešetar izv. prof. dr. sc. Tomislav Đurković			30	
		UKUPNO	**135**	**20**	**100**	**24**

POVIJEST, PRAVILA I ORGANIZACIJA ODBOJKE (161643)

Nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomislav Đurković**	
Kancelarija		40/1	
Konzultacije		Utorkom od 9-10 sati uz prethodnu najavu putem e - maila.	
e-mail		tomislav.djurkovic@kif.hr	
Telefon		+38513658641	
Nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Nenad Marelić**	
Kancelarija		41	
Konzultacije		Utorkom u 9:00 sati	
e-mail		tomislav.djurkovic@kif.hr	
Telefon		+38513658641	
Nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomica Rešetar**	
Kancelarija		42	
Konzultacije		Utorkom, od 9 do 10 sati uz prethodnu najavu e-poštom.	
e-mail		tomica.resetar@kif.hr	
Telefon		+38513658669	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	30(30P)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s osnovnim postavkama odbojke a koji su sadržani unutar tema povijesti, nastanka i razvoja, aktualnim pravilima i njihovom tumačenju unutar sporta te načinu funkcioniranja organiziranih sustava (saveza) koji promiču i upravljaju sportskom aktivnosti na domaćoj i međunarodnoj razini.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će se upoznati vremenom, mjestom i razlozima nastanka jednog od najpopularnijeg sporta u svijetu. Kroz razvoj odbojkaške igre od njenih početaka do danas mijenjala su se i odbojkaška pravila u cilju unaprijeđenija i popularnosti igre. Poseban naglasak je upoznati studente sa međunarodnim i domaćim odbojkaškim organizacijama koje brinu o razvoju odbojke na svim razinama, od školskog do vrhunskog sporta. Dinamičnost promjena pravila odvija se gotovo nakon svakog većeg međunarodnog natjecanja, a sve u svrhu povećanja interesa publike za ovaj atraktivan sport.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će steći uvid u : 1. Razloge koji su doveli do nastanka odbojke u Americi i njeno širenje po svijetu 2. Razloge i povijesne činjenice koje su dovele do dolaska i širenja odbojke u Hrvatskoj 3. Razvoj odbojkaških pravila u svrhu približavanja sporta široj publici 4. Primjenu pravila i organizaciju na nivou školskih natjecanja 5. Kontinentalni, europski i hrvatski ustroj organizacija koje se brinu o razvoju odbojke (FIVB, CEV, HOS)		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja 1. Pojava sporta u organiziranom obliku (2P) 2. Razvoj i raširenost sporta u Hrvatskoj i Svijetu (2P) 3. Svjetska i europska prvenstva za različite dobne kategorije (2P) 4. Službena međunarodna natjecanja (2P) 5. Sudjelovanja hrvatskih sportaša na međunarodnim natjecanjima u odbojci (2P) 6. Ustroj sporta u Hrvatskoj i Svijetu (2P)		

	7. Hrvatski olimpijski odbor (2P) 8. Nacionalni sportski savez: statut, pravilnici i sektori djelovanja pojedinih odbora, savjeta i povjerenstava (2P) 9. Sudačka organizacija (2P) 10. Udruga trenera (2P) 11. Sportski klub - ustrojstvo i upravljanje(2P) 12. Službena međunarodna pravila (2P) 13. Razvoj pravila (2P) 14. Suđenje (2P) 15. Službeno osoblje (1P) 16. Utjecaj pravila na evoluciju modela sporta (1P)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	100%	3	Pohađanje nastave		
	ukupno				**3.0 ECTS**	
Obvezna literatura	Janković, V., Marelić, N. (2003). Odbojka za sve. Zagreb: Autorska naklada. Janković, V., Đurković, T., Rešetar, T. (2009). Uvod u specijalizaciju igračkih uloga u odbojci. Zagreb: Autorska naklada.					
Dopunska literatura	Službena pravila odbojke. (2011). Zagreb: Hrvatski odbojkaški savez					
Način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva Istraživački rad tijekom trajanja studija Anonimna studentska anketa					

KINEZIOLOŠKA ANALIZA ODBOJKE (161644)

Nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Nenad Marelić**	
Kancelarija		41	
Konzultacije		Utorkom u 9:00 sati	
e-mail		tomislav.djurkovic@kif.hr	
Telefon		+38513658641	
Nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomislav Đurković**	
Kancelarija		40/1	
Konzultacije		Utorkom od 9-10 sati uz prethodnu najavu putem e - maila.	
e-mail		tomislav.djurkovic@kif.hr	
Telefon		+38513658641	
Nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomica Rešetar**	
Kancelarija		42	
Konzultacije		Utorkom, od 9 do 10 sati uz prethodnu najavu e-poštom.	
e-mail		tomica.resetar@kif.hr	
Telefon		+38513658669	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	9.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	90(45P+5S+40V)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Kineziološka analiza odbojke ima za cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za analizu pojedinih faza igre i pojedinih faza tehničko-taktičkog elementa, a u svrhu prepoznavanja motoričkih pogrešaka, odnosno prepoznavanja pravilen izvedbe pojedinog tehničkog elementa unutar osam odbojkaških faza igre. Posebni naglasak je na kineziološkim analizama elemenata koji su zastupljeni u mlađim dobnim kategorijama.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Kineziološka analiza odbojke studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za definiranje pravilne struktura gibanja i struktura situacija u natjecateljskom sportu i rekreaciji.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja: - Važnosti prepoznavanja pojedinih faza igre i njihovu međuzavisnost - Važnosti prepoznavanja pojedinih faza odbojkaških elemenata u svrhu detekcije pravilne izvedbe - Važnosti udjela pojedinih funkcioinalnih mehanizama koji prevladavaju za vrijeme natjecanja u odbojci - kinetičkim karakteristikama struktura u odbojci s posebnim naglaskom na osnovne odbojkaške elemente – Važnost razvoja funkcionalnih sposobnostima u odbojci - O anatomskim karakteristikama motoričke izvedbe u odbojci - Karakteristikama sporta prema načinu registracije sportskog rezultata - Statističkim analiza koje se koriste na službenim natjecanjima		

Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja, seminari i vježbe 1. Analiza sportske aktivnosti prema strukturnoj složenosti (4P+4V) 2. Analiza sportske aktivnosti prema biomehaničkim parametrima (4P*4V) 3. Analiza sportske aktivnosti prema dominaciji energetskih procesa (4P+4V) 4. Registracija i analiza biomehaničkih pokazatelja uspješnosti u sportskoj aktivnosti (5P+5S) 5. Analiza struktura, podstruktura i strukturnih jedinica tehnike u odbojci (6P + 6V) 6. Fazna struktura izvedbe tehničkih elemenata (6P + 6V) 7. Analiza struktura, podstruktura i strukturnih elemenata taktike u odbojci (6P + 6V) 8. Fazna struktura izvedbe taktičkih elemenata (6P + 6V) 9. Komparativna analiza izvedbe tehničkih elemenata sportaša različite dobi i razine natjecanja (2P+2V) 10. Komparativna analiza izvedbe taktičkih elemenata sportaša različite dobi i razine natjecanja (2P+2V)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	11%	1	Pohađanje nastave	11%	1
	Usmeni ispit	34%	3	Praktični ispit	44%	4
	ukupno				**9.0 ECTS**	
Obvezna literatura	Janković, V., Marelić, N. (2003). Odbojka za sve. Zagreb: Autorska naklada. Janković, V., Đurković, T., Rešetar, T. (2009). Uvod u specijalizaciju igračkih uloga u odbojci. Zagreb: Autorska naklada.					
Dopunska literatura	1. Marelić N., Janković, V. i T. Rešetar (2000): Učenje odbojke putem modificiranih igara. Zbornik Slobodno vrijeme i igra, 9. zagrebački Sajam sporta i nautike, str. 130-133. Zagreb. 2. Marelić, N., Marelić, S., Đurković, T., Rešetar, T. (2008). Nastavne teme iz odbojke za osnovne škole – priručnik za učitelje tjelesne i zdravstvene kulture. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagreb. 3. Marelić, N. i V. Janković (1996): Odbojkaške tehnike. Cezar press, Zadar. 4. Janković, V., N. Marelić (1995). Novosti u tehničko i taktičkoj pripremi odbojkaša. U: Zbornik radova I. Hrvatske internacionalne odbojkaške akademije, str. 65- 69. Pula					
Način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva Istraživački rad tijekom trajanja studija Anonimna studentska anketa					

ANTROPOLOŠKA ANALIZA U ODBOJCI (161645)

Nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Nenad Marelić**	
Kancelarija		41	
Konzultacije		Utorkom u 9:00 sati	
e-mail		tomislav.djurkovic@kif.hr	
Telefon		+38513658641	
Nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomica Rešetar**	
Kancelarija		42	
Konzultacije		Utorkom, od 9 do 10 sati uz prethodnu najavu e-poštom.	
e-mail		tomica.resetar@kif.hr	
Telefon		+38513658669	
Nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomislav Đurković**	
Kancelarija		40/1	
Konzultacije		Utorkom od 9-10 sati uz prethodnu najavu putem e - maila.	
e-mail		tomislav.djurkovic@kif.hr	
Telefon		+38513658641	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	5.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	45 (30P+15S)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Antropološka analiza odbojke ima za cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za antropološke karakteristike tj. važnosti antropoloških karakteristika i sposobnosti u odbojci. Također poseban osvrt u analizama bio bi usmjeren na mlađe dobne kategorije, kadetski i juniorski uzrast te seniorski uzrast.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Antropološka analiza odbojke studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za definiranje važnosti antropoloških karakteristikama i sposobnosti s posebnim naglaskom na pojedine dobne uzraste (od edukacije do vrhunskog sporta) .		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o - antropološkim karakteristikama djece mlađih dobnih kategorija (početnici, mlađi kadeti, kadeti, juniori) - antropološkim karakteristikama koje su važne za uspjeh u seniorskim kategorijama - utjecaju različitih antropoloških obilježja (jednadžba specifikacije) na uspješnost u odbojci. - psihološkim karakteristikama sportaša te utjecaju psihološke i sociološke komponente na postizanju rezultata u odbojci. - međusobnoj povezanosti antropoloških karakteristika i specifičnih motoričkih znanja važnih za uspjeh u odbojci - modalnim vrijednostima vrhunskih sportaša u odbojci. - utjecaju sporta na razvoj i održavanje različitih antropoloških obilježja u različitim dobnim skupinama sportaša i rekreativaca		

Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Specifične sposobnosti i znanja sportaša (3P + 2S) 2. Specifične antropološke karakteristike sportaša različitog spola, dobi i kvalitete (3P + 1S) 3. Utjecaj različitih antropoloških obilježja na uspješnost u odbojci (jednadžba specifikacije) (2P + 1S) 4. Modelne karakteristike treniranosti sportu (2P + 2S) 5. Povezanost antropometrijskih obilježja sportaša sa uspješnošću u odbojci (3P + 1S) 6. Povezanost funkcionalnih obilježja sportaša sa uspješnošću u odbojci (3P + 1S) 7. Povezanost motoričkih sposobnosti sportaša sa uspješnošću u odbojci (3P + 1S) 8. Povezanost kognitivnih sposobnosti i konativnih obilježja sportaša sa uspješnošću u odbojci (3P + 1S) 9. Sociološke komponente u odbojci (2P + 1S) 10. Upoznavanje sa specifičnim testovima za procjenu stanja treniranosti (2P + 1S) 11. Suradnja stručnog tima (trener - kineziolog, psiholog, sociolog, liječnik) u procjeni i vrednovanju treniranosti u odbojci (2P + 1S) 12. Utjecaj sporta na razvoj i održavanje različitih antropoloških obilježja mlađih dobnih kategorija (2P + 2S)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	34%	2	Pohađanje nastave	16%	
	Usmeni ispit	34%	2	Seminarski rad	16%	1
	ukupno				**5.0 ECTS**	
Obvezna literatura	Janković, V., Marelić, N. (2003). Odbojka za sve. Zagreb: Autorska naklada. Janković, V., Đurković, T., Rešetar, T. (2009). Uvod u specijalizaciju igračkih uloga u odbojci. Zagreb: Autorska naklada.					
Dopunska literatura	1. Marelić, N. (1998). Kineziološka analiza karakteristika ekipne igre odbojkaša juniora. (Disertacija). Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu. 2. Đurković, T. (2009). Razlike među skupinama odbojkaša u morfološkim, motoričkim i funkcionalnim obuilježjima s obzirom na kvalitetu, ekipni status i uloge u igri. (Disertacija). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 3. Rešetar, T. (2011). Situacijska efikasnost odbojkašica različitih dobnih skupina. (Disertacija). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.					
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa					

METODIKA U ODBOJCI I (161646)

Nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Nenad Marelić**	
Kancelarija		41	
Konzultacije		Utorkom u 9:00 sati	
e-mail		tomislav.djurkovic@kif.hr	
Telefon		+38513658641	
Nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomislav Đurković**	
Kancelarija		40/1	
Konzultacije		Utorkom od 9-10 sati uz prethodnu najavu putem e - maila.	
e-mail		tomislav.djurkovic@kif.hr	
Telefon		+38513658641	
Nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomica Rešetar**	
Kancelarija		42	
Konzultacije		Utorkom, od 9 do 10 sati uz prethodnu najavu e-poštom.	
e-mail		tomica.resetar@kif.hr	
Telefon		+38513658669	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	60 (30P + 30V)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima usvajanje temeljnih teorijskih i praktičnih znanja važnih za metodiku treninga mlađih dobnih kategorija. Pod ciljem predmeta podrazumijeva se i usvajanje znanja o kondicijskim, tehničkim i taktičkim sposobnostima početnika, mlađih kadeta, kadeta i juniora.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Nakon apsolviranja predmeta studenti će biti osposobljeni za izradu, provedbu i kontrolu metodički ispravnog kondicijskog, tehničkog, taktičkog treninga mlađih dobnih kategorija, ali i educirani za specifičnosti koje su potrebne u radu sa djecom u pojedinim igračkim kategorijama.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o - Selekciji djece - važnosti razvoja motoričkih sposobnosti (snaga, izdržljivost, brzina, fleksibilnost itd.) kod početnika - važnosti razvoja motoričkih sposobnosti od mlađih kadeta do juniora - metodici poučavanja početnika bazičnim odbojkaškim elementima - metodici učenja i usvajanja pojedinih tehničko-taktičkih elemenata kod skupina mlađih kadeta, kadeta i juniora - metodici učenja i usvajanja osnovnih taktičkih pretpostavki pojedinih faza igre bitnih za uspjeh u igri		

	- metodici razvoja specifičnih motoričkih i funkcionalnih sposobnosti - metodici razvoja igre od odbojkaških igara 1:1 do igara 6:6
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (svaka se nastavna tema obrađuje 1P+1V osim tema pod red.br. 2 i 28. koje se obrađuju 2P+2V)) 1. Osnovni pedagoški i didaktički principi u treningu djece 2. Osnovni metodički principi u kondicijskom treningu početnika 3. Osnovni metodički principi u tehničko-taktičkom treningu početnika 4. Metodički principi u tehničko-taktičkom treningu mlađih kadeta i kadeta 5. Metodički principi u tehničko-taktičkom treningu juniora 6. Organizacijske i metodičke forme treninga odbojkaša 7. Lokaliteti, oprema i pomagala za trening djece u odbojci 8. Organizacijski oblici treninga mlađih kategorija u odbojci 9. Klasifikacija metoda vježbanja za razvoj specifičnih sposobnosti u odbojci 10. Metodika učenja tehničko-taktičkih elemenata kompleksa 1 (K1) 11. Metodika učenja tehničko-taktičkih elemenata kompleksa 2 (K2) 12. Metodika učenja taktike kompleksa 1 (K1) u kadetskom uzrastu 13. Metodika učenja taktike kompleksa 2 (K2) u kadetskom uzrastu 14. Metodika učenja taktike kompleksa 1 (K1) u juniorskom uzrastu 15. Metodika učenja taktike kompleksa 2 (K2) u juniorskom uzrastu 16. Metodika razvoja preciznosti dizača u mlađim kategorijama 17. Metodika razvoja taktike dizača u mlađim kategorijama 18. Metodika razvoja tehničkih i taktičkih karakteristika centralnih igrača u mlađim kategorijama 19. Metodika razvoja tehničkih i taktičkih karakteristika korektora u kadetskom i juniorskom uzrastu 20. Metodika razvoja tehničkih i taktičkih karakteristika primača-smečera u mlađimkategorijama 21. Metodika razvoja tehničkih i taktičkih karakteristika libera u kadetskom i juniorskom uzrastu 22. Metodika razvoja individualne taktike za svaku igračku funkciju u odbojci 23. Metodika razvoja grupne taktike i suradnje igrača u specifičnim situacijama u odbojci 24. Metodika razvoja ekipne taktike kod početnika u odbojci (10-12 godina) 25. Metodika razvoja ekipne taktike kod mlađih kadeta u u odbojci (13-14 godina) 26. Metodika razvoja ekipne taktike kod kadeta u u odbojci (15-16 godina) 27. Metodika razvoja ekipne taktike kod juniora u odbojci (17-19 godina) 28. Uloga i specifičnosti trenera mlađih dobnih kategorija u odbojci
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci

Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	25%	2	Pohađanje nastave	12,5%	1
	Usmeni ispit	50%	3	Seminarski rad	12,5%	1
	ukupno				**7.0 ECTS**	

Obvezna literatura	Janković, V., Marelić, N. (2003). Odbojka za sve. Zagreb: Autorska naklada. Janković, V., Đurković, T., Rešetar, T. (2009). Uvod u specijalizaciju igračkih uloga u odbojci. Zagreb: Autorska naklada.
Dopunska literatura	1. Marelić, N., Marelić, S., Đurković, T., Rešetar, T. (2008) Nastavne teme iz odbojke za osnovne škole. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. Janković, V. i N. Marelić (1993). Trening energetske komponente vrhunskih odbojkaša. Hrvatski Športskomedicinski Vjesnik, 8 (2-3), 64-66.
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada

	Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U ODBOJCI I (161647)

Nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Nenad Marelić**	
Kancelarija		41	
Konzultacije		Utorkom u 9:00 sati	
e-mail		tomislav.djurkovic@kif.hr	
Telefon		+38513658641	
Nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomica Rešetar**	
Kancelarija		42	
Konzultacije		Utorkom, od 9 do 10 sati uz prethodnu najavu e-poštom.	
e-mail		tomica.resetar@kif.hr	
Telefon		+38513658669	
Nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomislav Đurković**	
Kancelarija		40/1	
Konzultacije		Utorkom od 9-10 sati uz prethodnu najavu putem e - maila.	
e-mail		tomislav.djurkovic@kif.hr	
Telefon		+38513658641	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	0.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	30 (30V)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Sudjelovati u praćenju i provedbi dijagnostičkih postupaka sportaša i rekreativaca u okviru svoje specijalnosti - Sudjelovanje u metodičkom oblikovanju trenažnoga rada za razvoj bazičnih i specifičnih sposobnosti i osobina - Sudjelovanje u metodičkom oblikovanju trenažnoga rada za stjecanje motoričkih znanja		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Praćenje oglednih treninga koje provode treneri specijalisti (10V) - Praćenje i registracija parametara trenažnog rada u sportskim klubovima, fitnes centrima i centrima za kondicijsku pripremu i rekreacijskim centrima (10V) - Pomaganje, asistiranje u procesu sportske pripreme djece i mladih sportaša (10V)		
Obveze studenata	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.		
Praćenje rada studenata	Praktični rad	100%	
	ukupno		**0.0 ECTS**
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa		

SMJER – PLES – II. SEM

Šifra predmeta	PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
146471	Povijest, pravila i organizacija plesa	izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	30			3
146472	Kineziološka analiza plesa	izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	45	5	40	9
146473	Antropološka analiza u plesu	izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	30	15		5
146474	Metodika u plesu 1	izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	30		30	7
146475	Stručno-trenerska praksa u plesu 1	izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić			30	
		UKUPNO	**135**	**20**	**100**	**24**

POVIJEST, PRAVILA I ORGANIZACIJA PLESA (146471)

nositeljica predmeta		**izv.prof. dr. sc. Jadranka Vlašić**	
Kancelarija		168	
Konzultacije		utorkom od 12.30 do 13.30 sati i prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		jadranka.vlasic@kif.hr	
Telefon		+38513658768	
vanjski suradnik		**Alen Plevnik, mag. cin.**	
e-mail		alen.plevnik@kif.hr	
vanjski suradnik		**Lea Burcar, mag. cin.**	
e-mail		lea.burcar@kif.hr	
korepetitor		**Marko Robinić**	
e-mail		marko.robinic@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	30(30P)	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s osnovnim postavkama sporta a koji su sadržani unutar tema povijesti, nastanka i razvoja, aktualnim pravilima i njihovom tumačenju unutar sporta te načinu funkcioniranja organiziranih sustava (saveza) koji promiču i upravljaju sportskom aktivnosti na domaćoj i međunarodnoj razini.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će se upoznati s okolnostima i mjestom nastanka sporta, upoznat će se s onim čimbenicima koji su doveli do većeg ili manjeg, bržeg i sporijeg širenja u Svijetu i Hrvatskoj. Te informacije mogu pomoći u nastavku širenja i popularizacije sporta. Studenti će nakon apsolviranja ovog predmeta imati uvid u nova pravila sporta te moći iste interpretirati kao i shvatiti njihovu svrhu u okviru sporta. Studenti će steći uvid u organizaciju svih struktura koje djeluju u plesu, a koje su važne za njegovo funkcioniranje od najmanje do najveće razine: udruga trenera, sportski klub, gradski ili županijski savez, nacionalni savez (HŠPS – Hrvatski športski plesni savez), Hrvatski olimpijski odbor, kontinentalni savez i svjetska federacija u plesu (IDSF – International DanceSport Federation)		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će steći uvid u : 1. Okolnosti koje su dovele do nastanka sporta 2. Način širenja i popularizacije sportske aktivnosti 3. Dosadašnji razvoj sporta 4. One stavke koje su dovele do postavljanje pravila sportske aktivnosti kao i u one koje su poticale njihovu reviziju i/ili nadogradnju 5. Unutarnji ustroj organizacija koje su nadležne za sport u Hrvatskoj i Svijetu		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja 1. Pojava sporta u organiziranom obliku (2P) 2. Razvoj i raširenost sporta u Hrvatskoj i Svijetu (2P) 3. Svjetska i europska prvenstva za različite dobne kategorije (2P) 4. Službena međunarodna natjecanja (2P) 5. Sudjelovanja hrvatskih sportaša na međunarodnim natjecanjima u plesu (2P) 6. Ustroj sporta u Hrvatskoj i Svijetu (2P) 7. Hrvatski olimpijski odbor (2P)		

	8. Nacionalni sportski savez (HŠPS): statut, pravilnici i sektori djelovanja pojedinih odbora, savjeta i povjerenstava (2P) 9. Sudačka organizacija (2P) 10. Udruga trenera (2P) 11. Sportski klub - ustrojstvo i upravljanje(2P) 12. Službena međunarodna pravila (2P) 13. Razvoj pravila (2P) 14. Suđenje (2P) 15. Službeno osoblje (1P) 16. Utjecaj pravila na evoluciju modela sporta (1P)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	100%	3	Pohađanje nastave		
	ukupno				**3.0 ECTS**	
Obvezna literatura	Ivančan, I. (1996) Narodni plesni običaji u Hrvata. Hrvatska matica iseljenika institut za folkloristiku. Maletić, A. (2002). Povijest plesa starih civilizacija. Od Mezopotamija do Rima. Matica hrvatska. Maletić, A. (2002). Povijest plesa starih civilizacija. Azijske plesne tradicije.Matica hrvatska					
Dopunska literatura	Wainwright, L. (2007). Zaplešimo. Zagreb: Kugen					
Način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva Istraživački rad tijekom trajanja studija Anonimna studentska anketa					

KINEZIOLOŠKA ANALIZA PLESA (146472)

nositeljica predmeta		**izv.prof. dr. sc. Jadranka Vlašić**	
Kancelarija		168	
Konzultacije		utorkom od 12.30 do 13.30 sati i prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		jadranka.vlasic@kif.hr	
Telefon		+38513658768	
vanjski suradnik		**Alen Plevnik, mag. cin.**	
e-mail		alen.plevnik@kif.hr	
vanjski suradnik		**Lea Burcar, mag. cin.**	
e-mail		lea.burcar@kif.hr	
korepetitor		**Marko Robinić**	
e-mail		marko.robinic@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	9.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	90(45P+5S+40V)	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Kineziološka analiza plesa ima za cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za strukturne i biomehaničke karakteristike svih faza i podfaza sportske aktivnosti, a koje zajedno tvore strukture gibanja odnosno koreografske cjeline pojedinog plesa te strukture situacija u plesu		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Kineziološka analiza plesa studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za definiranje struktura gibanja i struktura situacija u natjecateljskom plesu i plesnoj rekreaciji.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja: - tipičnim strukturama gibanja u plesu - tipičnim strukturama situacija u plesu - kinematičkim karakteristikama struktura pojedinog plesa - kinetičkim karakteristikama struktura pojedinog plesa - funkcionalnim sposobnostima u plesu - anatomskim karakteristikama motoričke izvedbe u plesu - karakteristikama sporta prema strukturnoj složenosti - karakteristikama sporta prema dominaciji energetskih procesa - karakteristikama sporta prema načinu registracije sportskog rezultata - notacijska analiza		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja, seminari i vježbe 1. Analiza sportske aktivnosti prema strukturnoj složenosti (4P+4V) 2. Analiza sportske aktivnosti prema biomehaničkim parametrima (4P*4V) 3. Analiza sportske aktivnosti prema dominaciji energetskih procesa (4P+4V) 4. Registracija i analiza biomehaničkih pokazatelja uspješnosti u sportskom plesu (5P+5S) 5. Analiza struktura, podstruktura i strukturnih jedinica tehnike u plesu (9P + 9V) 6. Fazna struktura izvedbe tehničkih elemenata (9P + 9V) 7. Analiza struktura, podstruktura i strukturnih elemenata taktike u plesu (3P + 3V) 8. Fazna struktura izvedbe taktičkih elemenata (3P + 3V)		

	9. Komparativna analiza izvedbe tehničkih elemenata sportaša različite dobi i razine natjecanja (2P+2V) 10. Komparativna analiza izvedbe taktičkih elemenata sportaša različite dobi i razine natjecanja (2P+2V)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	11%	1	Pohađanje nastave	11%	1
	Usmeni ispit	34%	3	Praktični ispit	44%	4
	ukupno				**9.0 ECTS**	
Obvezna literatura	vančan, I. (1964).Narodni plesovi Hrvatske. Zagreb: savez muzičkih društava Hrvatske. Wainwright, L. (2007). Zaplešimo. Zagreb: Kugen					
Dopunska literatura	1. Oreb, G. (1989). Analiza povezanosti primarnih motoričkih sposobnosti i sistema za procjenu uspješnosti u plesu. Kineziologija, 20(1), 55-60. 2. Oreb, G. & Kilibarda, S. (1996). The role of rhytmic abilities in dance. Kinesiology, 28(1), 58-63. 3. Vlašić, J. , Oreb, G. & Leščić, S. (2009). Povezanost motoričkih i morfoloških obilježja s uspjehom u društvenim plesovima. Hrvatski športskomedicinski vjesnik, 24,30-37.					
Način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva Istraživački rad tijekom trajanja studija Anonimna studentska anketa					

ANTROPOLOŠKA ANALIZA U PLESU (146473)

nositeljica predmeta		**izv.prof. dr. sc. Jadranka Vlašić**	
Kancelarija		168	
Konzultacije		utorkom od 12.30 do 13.30 sati i prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		jadranka.vlasic@kif.hr	
Telefon		+38513658768	
vanjski suradnik		**Alen Plevnik, mag. cin.**	
e-mail		alen.plevnik@kif.hr	
vanjski suradnik		**Lea Burcar, mag. cin.**	
e-mail		lea.burcar@kif.hr	
korepetitor		**Marko Robinić**	
e-mail		marko.robinic@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	5.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	45 (30P+15S)	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Antropološka analiza sporta ima za cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za antropološke karakteristike tj. važnosti antropoloških karakteristika i sposobnosti u plesu (natjacateljskom, rekreativnom i edukativnom)		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Antropološka analiza plesa studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za definiranje važnosti antropoloških karakteristikama i sposobnosti u svim fazama bavljenja sportom (edukacija i vrhunski sport) kao i bavljenjem sportom u svrhu rekreacije.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o - antropološkim karakteristikama sportaša različite spola, dobi i kvalitete - utjecaju različitih antropoloških obilježja (jednadžba specifikacije) na uspješnost u plesu. - psihološkim karakteristikama sportaša te utjecaju psihološke i sociološke komponente na postizanju rezultata u plesu. - međusobnoj povezanosti antropoloških karakteristika i sposobnosti. - međusobnoj povezanosti antropoloških karakteristika i specifičnih motoričkih znanja - strukturi i relaciji karakteristika, sposobnosti, osobina i znanja. - modalnim vrijednostima vrhunskih sportskih plesača - utjecaju sportskog plesa i ostalih plesnih formi na razvoj i održavanje različitih antropoloških obilježja u različitim dobnim skupinama sportaša i rekreativaca.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Specifične sposobnosti i znanja plesača (3P + 2S) 2. Specifične antropološke karakteristike plesača različitog spola, dobi i kvalitete (3P + 1S) 3. Utjecaj različitih antropoloških obilježja na uspješnost u plesu (jednadžba specifikacije) (2P + 1S) 4. Modelne karakteristike treniranosti sportu (2P + 2S) 5. Povezanost antropometrijskih obilježja sportaša sa uspješnošću u plesu (3P + 1S) 6. Povezanost funkcionalnih obilježja sportaša sa uspješnošću u plesu (3P + 1S) 7. Povezanost motoričkih sposobnosti sportaša sa uspješnošću u plesu (3P + 1S)		

	8. Povezanost kognitivnih sposobnosti i konativnih obilježja sportaša sa uspješnošću u plesu (3P + 1S) 9. Sociološke komponente u plesu (2P + 1S) 10. Upoznavanje sa specifičnim testovima za procjenu stanja treniranosti plesača(2P + 1S) 11. Suradnja stručnog tima (trener - kineziolog, psiholog, sociolog, liječnik) u procjeni i vrednovanju treniranosti u plesu (2P + 1S) 12. Utjecaj sportskog plesa na razvoj i održavanje različitih antropoloških obilježja mlađih dobnih kategorija (2P + 2S)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	34%	2	Pohađanje nastave	16%	
	Usmeni ispit	34%	2	Seminarski rad	16%	1
	ukupno				**5.0 ECTS**	
Obvezna literatura	Oreb, G., Ružić, L., Matković, Br., Mišigoj-Duraković, M., Vlašić, J. & Ciliga, D. (2006). Physicall fitness, menstrual cycle disorders and smoking habit in national ballet and national folk dance ensambles. Collegium Antropologicum. 30(2), 279-283. Oreb, G. (1989). Analiza povezanosti primarnih motoričkih sposobnosti i sistema za procjenu uspješnosti u plesu. Kineziologija, 20(1), 55-60. Oreb, G. & Kilibarda, S. (1996). The role of rhytmic abilities in dance. Kinesiology, 28(1), 58-63. 10					
Dopunska literatura	1. Vlašić, J. , Oreb, G. & Leščić, S. (2009). Povezanost motoričkih i morfoloških obilježja s uspjehom u društvenim plesovima. Hrvatski športskomedicinski vjesnik, 24,30-37. 2. Vlašić, J. , Oreb, G. & Furjan-Mandić, G. (2007). Motor and morphological characteristics of female university students and the efficiency of performing folk dances. Kinesiology, 39(1), 49-61. 3. Vlašić, J, Oreb, G. , Zeković, Z. (2004). Examples of the elementary games in work with preschoolers at dance school. In: R. Pišot, V. Štamberger, J. Zurc, A. Obid (ur.) Abstracts and Proceedings 3. International Symposium “A child in motion”, Kranjska gora, Slovenija, 30.09. – 02.10. 2004. (p.178). Koper: Univesity of Primorska					
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa					

METODIKA U PLESU I (146474)

nositeljica predmeta		**izv.prof. dr. sc. Jadranka Vlašić**	
Kancelarija		168	
Konzultacije		utorkom od 12.30 do 13.30 sati i prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		jadranka.vlasic@kif.hr	
Telefon		+38513658768	
vanjski suradnik		**Alen Plevnik, mag. cin.**	
e-mail		alen.plevnik@kif.hr	
vanjski suradnik		**Lea Burcar, mag. cin.**	
e-mail		lea.burcar@kif.hr	
korepetitor		**Marko Robinić**	
e-mail		marko.robinic@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	60 (30P + 30V)	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Prvi cilj predmeta je omogućiti studentima usvajanje temeljnih teorijskih i praktičnih znanja o važnosti i utjecaju kondicijske pripreme na natjecateljski rezultat u sportskom plesu. Drugi cilj predmeta jest upoznati studente sa zakonitostima upravljanja trenažnim procesom u svrhu razvoja bazičnih i specifičnih kondicijskih sposobnosti.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Nakon apsolviranja predmeta studenti će biti osposobljeni za izradu, provedbu i kontrolu metodički ispravnog kondicijskog trenažnog procesa kod svih dobnih uzrasta i natjecateljskih kategorija u sportskom plesu.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o - važnosti kvantitativnih motoričkih sposobnosti (snaga, izdržljivost, brzina, fleksibilnost) u sportskomplesu - važnosti kvalitativnih motoričkih sposobnosti (koordinacija, ravnoteža, preciznost) u sportskom plesu - utjecaju bazičnih i specifičnih funkcionalnih sposobnosti u sportskoj aktivnosti - metodici razvoja bazičnih motoričkih sposobnosti - metodici razvoja specifičnih motoričkih sposobnosti - metodici razvoja bazičnih funkcionalnih sposobnosti - metodici razvoja specifičnih funkcionalnih sposobnosti		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (svaka se nastavna tema obrađuje 1P+1V osim tema pod red.br. 2 i 28. koje se obrađuju 2P+2V)) 1. Osnovni pedagoški i didaktički principi u kondicijskom treningu plesača 2. Osnovni metodički principi u kondicijskom treningu plesača 3. Organizacijske i metodičke forme kondicijskog treninga plesača 4. Lokaliteti, oprema i pomagala za kondicijski trening u plesu 5. Organizacijski oblici kondicijske pripreme u plesu 6. Klasifikacija metoda vježbanja za razvoj kondicijskih sposobnosti u plesu 7. Metodika razvoja snage u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 8. Metodika razvoja brzine u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi		

	9. Metodika razvoja izdržljivosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 10. Metodika razvoja fleksibilnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 11. Metodika razvoja koordinacije u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 12. Metodika razvoja agilnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 13. Metodika razvoja preciznosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 14. Metodika razvoja ravnoteže u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 15. Metodika razvoja aerobnih sposobnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 16. Metodika razvoja anaerobnih (glikolitičkih i fosfagenih) sposobnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 17. Metodika razvoja snage u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 18. Metodika razvoja brzine u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 19. Metodika razvoja izdržljivosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 20. Metodika razvoja fleksibilnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 21. Metodika razvoja koordinacije u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 22. Metodika razvoja agilnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 23. Metodika razvoja preciznosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 24. Metodika razvoja ravnoteže u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 25. Metodika razvoja aerobnih sposobnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 26. Metodika razvoja anaerobnih (glikolitičkih i fosfagenih) sposobnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 27. Metodika razvoja i održavanja morfoloških obilježja sportaša u plesu 28. Kontrola kondicijske pripremljenosti sportskih plesača					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	25%	2	Pohađanje nastave	12,5%	1
	Usmeni ispit	50%	3	Seminarski rad	12,5%	1
	ukupno				**7.0 ECTS**	
Obvezna literatura	Oreb, G. (1989). Analiza povezanosti primarnih motoričkih sposobnosti i sistema za procjenu uspješnosti u plesu. Kineziologija, 20(1), 55-60. Oreb, G. & Kilibarda, S. (1996). The role of rhytmic abilities in dance. Kinesiology, 28(1), 58-63. Vlašić, J. , Oreb, G. & Leščić, S. (2009). Povezanost motoričkih i morfoloških obilježja s uspjehom u društvenim plesovima. Hrvatski športskomedicinski vjesnik, 24,30-37.					
Dopunska literatura	1. Oreb, G. , Matković, Br, Vlašić, Ji Kostić, R. (2007). Struktura funkcionalnih sposobnosti plesača. U: Maleš,B. (ur.) Proceedings of the 2nd International Conferece, Contemporary Kinesiology, Mostar, 2007., (196-200).Faculty of kinesiology, University of split,; Faculty of natural science, matematics and education, University of Mostar,; Faculty of sport, University of Ljubljana 2. Oreb, G. & Medved, R. (1991). Blood Lactic Acid Values in Folk Dancers During Performance. U Proceedings of AIESEP World Congress “Collaboration Between Researchers and practitioners in Physical Education: An International Dialogue”, Atlanta, GA, January, 4.-7. 1991. (pp. 145). Atlanta, GA: National Association of PE in High Education. 3. Oreb, G. & Matković, Br. (1994). Functional abilities of professional dancers. U the 11th International Congress on Sports Sciences for Students (pp 7). Budapest: University of Physical Education. 4. Oreb, G., Blašković, M., & Gošnik-Oreb, J. (1989). Canonical Relation Between Abilities and Dance Efficiency. In J. Rauhala (ed.) Proceedings Movement and sport- A challenge for life-long learning, AIESP (pp 12). Jyvaskyla: University of Jyvaskyla 5. Vlašić, J. , Oreb, G. & Furjan-Mandić, G. (2007). Motor and morphological characteristics of female university students and the efficiency of performing folk dances. Kinesiology, 39(1), 49-61.					

Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U PLESU I (146475)

nositeljica predmeta		**izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić**				
Kancelarija		168				
Konzultacije		utorkom od 12.30 do 13.30 sati i prema dogovoru putem e-maila				
e-mail		jadranka.vlasic@kif.hr				
Telefon		+38513658768				
studijski program	Stručni studij	status predmeta			specijalistički	
Semestar	II.	godina studija			I.	
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost			0.0 ECTS	
mjesto izvođenja						
način izvođenja nastave	30 (30V)	očekivani broj studenata na predmetu			2	
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.					
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.					
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Sudjelovati u praćenju i provedbi dijagnostičkih postupaka sportaša i rekreativaca u okviru svoje specijalnosti - Sudjelovanje u metodičkom oblikovanju trenažnoga rada za razvoj bazičnih i specifičnih sposobnosti i osobina - Sudjelovanje u metodičkom oblikovanju trenažnoga rada za stjecanje motoričkih znanja					
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Praćenje oglednih treninga koje provode treneri specijalisti (10V) - Praćenje i registracija parametara trenažnog rada u sportskim klubovima, fitnes centrima i centrima za kondicijsku pripremu i rekreacijskim centrima (10V) - Pomaganje, asistiranje u procesu sportske pripreme djece i mladih sportaša (10V)					
Obveze studenata	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.					
Praćenje rada studenata	Praktični rad	100%				
	ukupno				**0.0 ECTS**	
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa					

SMJER – PLIVANJE – II. SEM

Šifra predmeta	PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
146421	Povijest, pravila i organizacija plivanja	prof. dr. sc. Goran Leko	30			3
146422	Kineziološka analiza plivanja	prof. dr. sc. Goran Leko	45	5	40	9
146423	Antropološka analiza u plivanju	prof. dr. sc. Goran Leko	30	15		5
146424	Metodika u plivanju 1	prof. dr. sc. Goran Leko	30		30	7
146425	Stručno-trenerska praksa u plivanju 1	prof. dr. sc. Goran Leko			30	
		UKUPNO	**135**	**20**	**100**	**24**

POVIJEST, PRAVILA I ORGANIZACIJA PLIVANJA (146421)

Nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Goran Leko**	
Kancelarija		177	
Konzultacije		Četvrtak 12.15 (u semestru kada se izvodi nastava) Srijeda 11.00 (za vrijeme ispitnih rokova i van semestra nastave)	
e-mail		goran.leko@kif.hr	
Telefon			
Nastavnik		**izv. prof. dr. sc. Dajana Zoretić**	
Kancelarija		39	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		dajana.zoretic@kif.hr	
Telefon			
Nastavnik		**doc. dr. sc. Klara Šiljeg**	
Kancelarija		168	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		klara.siljeg@kif.hr	
Telefon		+38513658768	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	30(30P)	očekivani broj studenata na predmetu	5
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s osnovnim postavkama plivanja a koji su sadržani unutar tema povijesti, nastanka i razvoja, aktualnim pravilima i njihovom tumačenju unutar sporta te načinu funkcioniranja organiziranih sustava (saveza) koji promiču i upravljaju sportskom aktivnosti na domaćoj i međunarodnoj razini.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će se upoznati s okolnostima i mjestom nastanka plivanja, upoznat će se s onim čimbenicima koji su doveli do većeg ili manjeg, bržeg i sporijeg širenja u Svijetu i Hrvatskoj. Te informacije mogu pomoći u nastavku širenja i popularizacije plivanja. Studenti će nakon apsolviranja ovog predmeta imati uvid u nova pravila plivanja te moći iste interpretirati kao i shvatiti njihovu svrhu u okviru plivanja. Studenti će steći uvid u organizaciju svih struktura koje djeluju u plivanju, a koje su važne za njegovo funkcioniranje od najmanje do najveće razine: udruga trenera, sportski klub, gradski ili županijski savez, nacionalni savez, Hrvatski olimpijski odbor, kontinentalni savez i svjetska federacija u plivanju		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će steći uvid u : 1. Okolnosti koje su dovele do nastanka plivanja 2. Način širenja i popularizacije plivanja 3. Dosadašnji razvoj plivanja 4. One stavke koje su dovele do postavljanje pravila plivanja kao i u one koje su poticale njihovu reviziju i/ili nadogradnju Unutarnji ustroj HPS, LEN i FINA		

Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja: 1. Pojava plivanja u organiziranom obliku (2P) 2. Razvoj i plivanja u Hrvatskoj i Svijetu (2P) 3. Svjetska i europska prvenstva za različite dobne kategorije (2P) 4. Službena međunarodna natjecanja (2P) 5. Sudjelovanja hrvatskih plivača na međunarodnim natjecanjima u plivanju (2P) 6. Ustroj plivanja u Hrvatskoj i Svijetu (2P) 7. Hrvatski olimpijski odbor (2P) 8. Hrvatski plivački savez: statut, pravilnici i sektori djelovanja pojedinih odbora, savjeta i povjerenstava (2P) 9. Sudačka organizacija (2P) 10. Udruga trenera (2P) 11. Sportski klub - ustrojstvo i upravljanje(2P) 12. Službena međunarodna pravila (2P) 13. Razvoj pravila (2P) 14. Suđenje (2P) 15. Službeno osoblje (1P) 16. Utjecaj pravila na evoluciju modela plivanja (1P)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	75%	3	Pohađanje nastave	25%	
	ukupno				**3.0 ECTS**	
Obvezna literatura	Volčanšek, B. (2002). Bit plivanja. Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu. Zagreb. Leko, G. (2008). Slobodni način plivanja: Sveučilišni priručnik. Zagreb: Promo FIT. Maglischo, E.W. (2003) Swimming Fastest. California: Human Kinetics					
Dopunska literatura	1. Volčanšek, B. (1996). Sportsko plivanje. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu. 2. www.swim.ee 3. http://www.fina.org (rules)					
Način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva Istraživački rad tijekom trajanja studija Anonimna studentska anketa					

KINEZIOLOŠKA ANALIZA PLIVANJA (146422)

Nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Goran Leko**	
Kancelarija		177	
Konzultacije		Četvrtak 12.15 (u semestru kada se izvodi nastava) Srijeda 11.00 (za vrijeme ispitnih rokova i van semestra nastave)	
e-mail		goran.leko@kif.hr	
Telefon			
Nastavnik		**izv. prof. dr. sc. Dajana Zoretić**	
Kancelarija		39	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		dajana.zoretic@kif.hr	
Telefon			
Nastavnik		**doc. dr. sc. Klara Šiljeg**	
Kancelarija		168	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		klara.siljeg@kif.hr	
Telefon		+38513658768	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	9.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	90(45P+5S+40V)	očekivani broj studenata na predmetu	5
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Kineziološka analiza sporta ima za cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za strukturne i biomehaničke karakteristike svih faza i podfaza sportske aktivnosti, a koje zajedno tvore strukture gibanja te strukture situacija u plivanju.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja: - tipičnim strukturama gibanja u plivanju - tipičnim strukturama situacija u plivanju - kinematičkim karakteristikama struktura plivanja - kinetičkim karakteristikama struktura u plivanju - funkcionalnim sposobnostima u plivanju - anatomskim karakteristikama motoričke izvedbe u plivanju - karakteristikama plivanja prema strukturnoj složenosti - karakteristikama plivanja prema dominaciji energetskih procesa - karakteristikama plivanja prema načinu registracije sportskog rezultata - notacijska analiza		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen	Predavanja, seminari i vježbe 1. Analiza plivanja prema strukturnoj složenosti (4P+4V) 2. Analiza plivanja prema biomehaničkim parametrima (4P*4V) 3. Analiza plivanja prema dominaciji energetskih procesa(4P+4V)		

prema satnici nastave	4. Registracija i analiza biomehaničkih pokazatelja uspješnosti u plivanju (5P+5S) 5. Analiza struktura, podstruktura i strukturnih jedinicatehnike u plivanju (6P + 6V) 6. Fazna struktura izvedbe tehničkih elemenata (6P + 6V) 7. Analiza struktura, podstruktura i strukturnih elemenata taktike u plivanju (6P + 6V) 8. Fazna struktura izvedbe taktičkih elemenata plivanja(6P + 6V) 9. Komparativna analiza izvedbe tehničkih elemenata plivača različite dobi i razine natjecanja (2P+2V) 10. Komparativna analiza izvedbe taktičkih elemenata plivača različite dobi i razine natjecanja (2P+2V)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	11%	1	Pohađanje nastave	11%	1
	Usmeni ispit	34%	3	Praktični ispit	44%	4
	ukupno				**9.0 ECTS**	
Obvezna literatura	Volčanšek, B. (2002). Bit plivanja. Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu. Zagreb. Leko, G. (2008). Slobodni način plivanja: Sveučilišni priručnik. Zagreb: Promo FIT. Maglischo, E.W. (2003) Swimming Fastest. California: Human Kinetics					
Dopunska literatura	1. Volčanšek, B. (1996). Sportsko plivanje. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu. 2. www.swim.ee					
Način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva Istraživački rad tijekom trajanja studija Anonimna studentska anketa					

ANTROPOLOŠKA ANALIZA U PLIVANJU (146423)

Nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Goran Leko**	
Kancelarija		177	
Konzultacije		Četvrtak 12.15 (u semestru kada se izvodi nastava) Srijeda 11.00 (za vrijeme ispitnih rokova i van semestra nastave)	
e-mail		goran.leko@kif.hr	
Telefon			
Nastavnik		**izv. prof. dr. sc. Dajana Zoretić**	
Kancelarija		39	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		dajana.zoretic@kif.hr	
Telefon			
Nastavnik		**doc. dr. sc. Klara Šiljeg**	
Kancelarija		168	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		klara.siljeg@kif.hr	
Telefon		+38513658768	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	5.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	45 (30P+15S)	očekivani broj studenata na predmetu	5
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Antropološka analiza sporta ima za cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za antropološke karakteristike tj. važnosti antropoloških karakteristika i sposobnosti u plivanju (natjacateljskom, rekreativnom i edukativnom)		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Antropološka analiza plivanja studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za definiranje važnosti antropoloških karakteristikama i sposobnosti u svim fazama bavljenja plivanjem (edukacija i vrhunski sport) kao i bavljenjem plivanjemu svrhu rekreacije.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o - antropološkim karakteristikama plivača različite spola, dobi i kvalitete - utjecaju različitih antropoloških obilježja (jednadžba specifikacije) na uspješnost u plivanju. - psihološkim karakteristikama plivača te utjecaju psihološke i sociološke komponente na postizanju rezultata u plivanju. - međusobnoj povezanosti antropoloških karakteristika i sposobnosti. - međusobnoj povezanosti antropoloških karakteristika i specifičnih motoričkih znanja - strukturi i relaciji karakteristika, sposobnosti, osobina i znanja. - modalnim vrijednostima vrhunskih plivača - utjecaju plivanja na razvoj i održavanje različitih antropoloških obilježja u različitim dobnim skupinama sportaša i rekreativaca.		

Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Specifične sposobnosti i znanja plivača (3P + 2S) 2. Specifične antropološke karakteristike plivača različitog spola, dobi i kvalitete (3P + 1S) 3. Utjecaj različitih antropoloških obilježja na uspješnost u plivanju (jednadžba specifikacije) (2P + 1S) 4. Modelne karakteristike treniranosti u plivanju (2P + 2S) 5. Povezanost antropometrijskih obilježja plivača sa uspješnošću u plivanju (3P + 1S) 6. Povezanost funkcionalnih obilježja plivača sa uspješnošću u plivanju (3P + 1S) 7. Povezanost motoričkih sposobnosti plivača sa uspješnošću u plivanju (3P + 1S) 8. Povezanost kognitivnih sposobnosti i konativnih obilježja plivača sa uspješnošću u plivanju (3P + 1S) 9. Sociološke komponente u plivanju (2P + 1S) 10. Upoznavanje sa specifičnim testovima za procjenu stanja treniranosti (2P + 1S) 11. Suradnja stručnog tima (trener - kineziolog, psiholog, sociolog, liječnik) u procjeni i vrednovanju treniranosti u plivanju (2P + 1S) 12. Utjecaj sporta na razvoj i održavanje različitih antropoloških obilježja mlađih dobnih kategorija (2P + 2S)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	34%	2	Pohađanje nastave	16%	
	Usmeni ispit	34%	2	Seminarski rad	16%	1
	ukupno				5.0 ECTS	
Obvezna literatura	Kjendlie, P.L., Stallman, R.K. Cabri. J.(2010). Biomechanics and Medicine in Swimming XI. Norwegian School of Sport Science. Leko, G. (2001). Definiranje odnosa motoričkih sposobnosti i antropometrijskih karakteristika plivača. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu. Doktorski rad. Vilas-Boas. J.P., Alves, F. Marques, A. (2006). Biomechanics and Medicine in Swimming X. Portuguese Journal of Sport Science, Vol 6, Suppl 2.					
Dopunska literatura	Milanović, D. i sur. (1997). Priručnik za sportske trenere. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. Maglischo, E.W. (2003) Swimming Fastest. California: Human Kinetics. www.swim.ee					
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa					

METODIKA U PLIVANJU I (146424)

Nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Goran Leko**	
Kancelarija		177	
Konzultacije		Četvrtak 12.15 (u semestru kada se izvodi nastava) Srijeda 11.00 (za vrijeme ispitnih rokova i van semestra nastave)	
e-mail		goran.leko@kif.hr	
Telefon			
Nastavnik		**izv. prof. dr. sc. Dajana Zoretić**	
Kancelarija		39	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		dajana.zoretic@kif.hr	
Telefon			
Nastavnik		**doc. dr. sc. Klara Šiljeg**	
Kancelarija		168	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		klara.siljeg@kif.hr	
Telefon		+38513658768	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	60 (30P + 30V)	očekivani broj studenata na predmetu	5
ciljevi predmeta	Prvi cilj predmeta Metodika 1 u plivanju je omogućiti studentima usvajanje temeljnih teorijskih i praktičnih znanja o važnosti i utjecaju kondicijske pripreme na natjecateljski rezultat u plivanju. Drugi cilj predmeta jest upoznati studente sa zakonitostima upravljanja trenažnim procesom u svrhu razvoja bazičnih i specifičnih kondicijskih sposobnosti u plivanju.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Nakon apsolviranja predmeta Metodika 1 u plivanju studenti će biti osposobljeni za izradu, provedbu i kontrolu metodički ispravnog kondicijskog trenažnog procesa kod svih dobnih uzrasta i natjecateljskih kategorija u plivanju.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o - važnosti kvantitativnih motoričkih sposobnosti (snaga, izdržljivost, brzina, fleksibilnost) u plivanju - važnosti kvalitativnih motoričkih sposobnosti (koordinacija, ravnoteža, preciznost) u plivanju - utjecaju bazičnih i specifičnih funkcionalnih sposobnosti u plivanju - metodici razvoja bazičnih motoričkih sposobnosti - metodici razvoja specifičnih motoričkih sposobnosti - metodici razvoja bazičnih funkcionalnih sposobnosti - metodici razvoja specifičnih funkcionalnih sposobnosti		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen	Predavanja i vježbe (svaka se nastavna tema obrađuje 1P+1V osim tema pod red.br. 2 i 28. koje se obrađuju 2P+2V))		

prema satnici nastave	1. Osnovni pedagoški i didaktički principi u kondicijskom treningu plivača 2. Osnovni metodički principi u kondicijskom treningu plivača 3. Organizacijske i metodičke forme kondicijskog treninga plivača 4. Lokaliteti, oprema i pomagala za kondicijski trening u plivanju 5. Organizacijski oblici kondicijske pripreme u plivanju 6. Klasifikacija metoda vježbanja za razvoj kondicijskih sposobnosti u plivanju 7. Metodika razvoja snage u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi plivača 8. Metodika razvoja brzine u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi plivača 9. Metodika razvoja izdržljivosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi plivača 10. Metodika razvoja fleksibilnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi plivača 11. Metodika razvoja koordinacije u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi plivača 12. Metodika razvoja agilnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi plivača 13. Metodika razvoja preciznosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi plivača 14. Metodika razvoja ravnoteže u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi plivača 15. Metodika razvoja aerobnih sposobnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 16. Metodika razvoja anaerobnih (glikolitičkih i fosfagenih) sposobnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi plivača 17. Metodika razvoja snage u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi plivača 18. Metodika razvoja brzine u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi plivača 19. Metodika razvoja izdržljivosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi plivača 20. Metodika razvoja fleksibilnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi plivača 21. Metodika razvoja koordinacije u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi plivača 22. Metodika razvoja agilnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi plivača 23. Metodika razvoja preciznosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi plivača 24. Metodika razvoja ravnoteže u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi plivača 25. Metodika razvoja aerobnih sposobnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi plivača 26. Metodika razvoja anaerobnih (glikolitičkih i fosfagenih) sposobnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi plivača 27. Metodika razvoja i održavanja morfoloških obilježja sportaša u plivanju 28. Kontrola kondicijske pripremljenosti plivača					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	25%	2	Pohađanje nastave	12,5%	1
	Usmeni ispit	50%	3	Seminarski rad	12,5%	1
	ukupno				7.0 ECTS	
Obvezna literatura	Grčić-Zubčević, N. i Marinović,V. (2009). Igre u vodi za djecu predškolske dobi. Zagreb: autorsko izdanje. (Sveučilišni priručnik) Volčanšek, B. (2002). Bit plivanja. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. (Sveučilišni udžbenik) Predavanja u PPT prezentaciji					
Dopunska literatura	Leko, G. (2008). Slobodni način plivanja - kraul. Zagreb: Promo FIT. (Sveučilišni priručnik)					
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa					

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U PLIVANJU I (146425)

Nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Goran Leko**				
Kancelarija		177				
Konzultacije		Četvrtak 12.15 (u semestru kada se izvodi nastava) Srijeda 11.00 (za vrijeme ispitnih rokova i van semestra nastave)				
e-mail		goran.leko@kif.hr				
Telefon						
studijski program	Stručni studij	status predmeta			specijalistički	
Semestar	II.	godina studija			I.	
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost			0.0 ECTS	
mjesto izvođenja						
način izvođenja nastave	30 (30V)	očekivani broj studenata na predmetu			1	
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti					
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.					
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Sudjelovati u praćenju i provedbi dijagnostičkih postupaka sportaša i rekreativaca u okviru svoje specijalnosti - Sudjelovanje u metodičkom oblikovanju trenažnoga rada za razvoj bazičnih i specifičnih sposobnosti i osobina - Sudjelovanje u metodičkom oblikovanju trenažnoga rada za stjecanje motoričkih znanja					
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Praćenje oglednih treninga koje provode treneri specijalisti (10V) - Praćenje i registracija parametara trenažnog rada u sportskim klubovima, fitnes centrima i centrima za kondicijsku pripremu i rekreacijskim centrima (10V) - Pomaganje, asistiranje u procesu sportske pripreme djece i mladih sportaša (10V)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	Praktični rad	100%				
	ukupno				**0.0 ECTS**	
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa					

SMJER – RITMIČKA GIMNASTIKA– II. SEM

Šifra predmeta	PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
146477	Povijest, pravila i organizacija ritmičke gimnastike	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić doc. dr. sc. Josipa Radaš	30			3
146479	Kineziološka analiza ritmičke gimnastike	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić doc. dr. sc. Josipa Radaš	45	5	40	9
146480	Antropološka analiza u ritmičkoj gimnastici	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić doc. dr. sc. Josipa Radaš	30	15		5
146481	Metodika u ritmičkoj gimnastici 1	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić doc. dr. sc. Josipa Radaš	30		30	7
146493	Stručno-trenerska praksa u ritmičkoj gimnastici 1	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić doc. dr. sc. Josipa Radaš			30	
		UKUPNO	**135**	**20**	**100**	**24**

POVIJEST, PRAVILA I ORGANIZACIJA RITMIČKE GIMNASTIKE (146477)

Nositeljica predmeta		**prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić**	
Kancelarija		173	
Konzultacije		srijeda 12.30 do 13.00 te prema dogovoru putem e-mail adrese ili na tel. +385 95 3658805	
e-mail		gordana-furjan-mandic@kif.hr	
Telefon		+38513658773	
Nositeljica predmeta		**doc. dr. sc. Josipa Radaš**	
Kancelarija		168	
Konzultacije		ponedjeljkom u 11.00 sati	
e-mail		josipa.radas@kif.hr	
Telefon		+38513658768	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	30(30P)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s osnovnim postavkama ritmičke gimnastike (RG), a koji su sadržani unutar tema povijesti, nastanka i razvoja, aktualnih pravila i njihovog tumačenja unutar sporta te načinu funkcioniranja organiziranih sustava (saveza) koji promiču i upravljaju sportskom aktivnosti na domaćoj i međunarodnoj razini.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će se upoznati s okolnostima i mjestom nastanka ritmičke gimnastike, upoznat će se s onim čimbenicima koji su doveli do većeg ili manjeg, bržeg i sporijeg širenja u Svijetu i Hrvatskoj. Te informacije mogu pomoći u nastavku širenja i popularizacije RG. Studenti će nakon apsolviranja ovog predmeta imati uvid u nova pravila RG te moći iste interpretirati kao i shvatiti njihovu svrhu u okviru sporta. Studenti će steći uvid u organizaciju svih struktura koje djeluju u ritmičkoj gimnastici, a koje su važne za njegovo funkcioniranje od najmanje do najveće razine: udruga trenera, sportski klub, gradski ili županijski savez, nacionalni savez, Hrvatski olimpijski odbor, kontinentalni savez i svjetska federacija u ritmičkoj gimnastici		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će steći uvid u : 1. Okolnosti koje su dovele do nastanka ritmičke gimnastike 2. Način širenja i popularizacije ritmičke gimnastike 3. Dosadašnji razvoj ritmičke gimnastike 4. One stavke koje su dovele do postavljanje pravila ritmičke gimnastike kao i u one koje su poticale njihovu reviziju i/ili nadogradnju 5. Unutarnji ustroj organizacija koje su nadležne za RG u Hrvatskoj i Svijetu		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja 1. Pojava RG u organiziranom obliku (2P) 2. Razvoj i raširenost RG u Hrvatskoj i Svijetu (2P) 3. Svjetska i europska prvenstva za različite dobne kategorije (2P) 4. Službena međunarodna natjecanja (2P)		

	5. Sudjelovanja hrvatskih sportaša na međunarodnim natjecanjima u ritmičkoj gimnastici (2P) 6. Ustroj RG u Hrvatskoj i Svijetu (2P) 7. Hrvatski olimpijski odbor (2P) 8. Nacionalni sportski savez: statut, pravilnici i sektori djelovanja pojedinih odbora, savjeta i povjerenstava (2P) 9. Sudačka organizacija (2P) 10. Udruga trenera (2P) 11. Sportski klub - ustrojstvo i upravljanje(2P) 12. Službena međunarodna pravila (2P) 13. Razvoj pravila (2P) 14. Suđenje (2P) 15. Službeno osoblje (1P) 17. Utjecaj pravila na evoluciju modela RG (1P)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	75%	3	Pohađanje nastave	25%	
	ukupno				3.0 ECTS	
Obvezna literatura	FIG Pravilnik za ocjenjivanje ritmičko-sportske gimnastike. Federation International of Gymnastic Wolf-Cvitak, J. (2004). Ritmička gimnastika. Kugler.					
Dopunska literatura	Jurinec, J., G. Furjan-Mandić, M. Vunić, M. Kolarec (2005). Ritmička gimnastika na internetu. U: Zbornika radova 14. ljetne škole kineziologa RH, Rovinj:192-195. Vaganova, A. (1977). Osnovi klasičnog baleta. Beograd: Sportska knjiga.					
Način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva Istraživački rad tijekom trajanja studija Anonimna studentska anketa					

KINEZIOLOŠKA ANALIZA RITMIČKE GIMNASTIKE (146479)

Nositeljica predmeta		**prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić**	
Kancelarija		173	
Konzultacije		srijeda 12.30 do 13.00 te prema dogovoru putem e-mail adrese ili na tel. +385 95 3658805	
e-mail		gordana-furjan-mandic@kif.hr	
Telefon		+38513658773	
Nositeljica predmeta		**doc. dr. sc. Josipa Radaš**	
Kancelarija		168	
Konzultacije		ponedjeljkom u 11.00 sati	
e-mail		josipa.radas@kif.hr	
Telefon		+38513658768	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	9.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	90(45P+5S+40V)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Kineziološka analiza ritmičke gimnastike ima za cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za strukturne i biomehaničke karakteristike svih faza i podfaza ritmičke gimnastike, a koje zajedno tvore strukture gibanja te strukture situacija u ritmičkoj gimnastici.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Kineziološka analiza ritmičke gimnastike studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za definiranje struktura gibanja i struktura situacija u natjecateljskom sportu i rekreaciji.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja: - tipičnim strukturama gibanja u ritmičkoj gimnastici - tipičnim strukturama situacija u ritmičkoj gimnastici - kinematičkim karakteristikama struktura ritmičke gimnastike - kinetičkim karakteristikama struktura u ritmičkoj gimnastici - funkcionalnim sposobnostima u ritmičkoj gimnastici - anatomskim karakteristikama motoričke izvedbe u ritmičkoj gimnastici - karakteristikama ritmičke gimnastike prema strukturnoj složenosti - karakteristikama ritmičke gimnastike prema dominaciji energetskih procesa - karakteristikama ritmičke gimnastike prema načinu registracije sportskog rezultata - notacijska analiza		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja, seminari i vježbe 1. Analiza ritmičke gimnastike prema strukturnoj složenosti (4P+4V) 2. Analiza ritmičke gimnastike prema biomehaničkim parametrima (4P*4V) 3. Analiza ritmičke gimnastike prema dominaciji energetskih procesa (4P+4V) 4. Registracija i analiza biomehaničkih pokazatelja uspješnosti u ritmičkoj gimnastici (5P+5S) 5. Analiza struktura, podstruktura i strukturnih jedinica tehnike u ritmičkoj gimnastici (6P + 6V)		

	6. Fazna struktura izvedbe tehničkih elemenata (6P + 6V) 7. Analiza struktura, podstruktura i strukturnih elemenata taktike u ritmičkoj gimnastici (6P + 6V) 8. Fazna struktura izvedbe taktičkih elemenata (6P + 6V) 9. Komparativna analiza izvedbe tehničkih elemenata sportašica različite dobi i razine natjecanja (2P+2V) 11. Komparativna analiza izvedbe taktičkih elemenata sportašica različite dobi i razine natjecanja (2P+2V)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	11%	1	Pohađanje nastave	11%	1
	Usmeni ispit	34%	3	Praktični ispit	44%	4
	ukupno				**9.0 ECTS**	
Obvezna literatura	FIG Pravilnik za ocjenjivanje ritmičko-sportske gimnastike. Federation International of Gymnastic Furjan-Mandić, G. (2000). Klasifikacija elemenata tehnike u ritmičkoj gimnastici. (Disertacija), Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu Wolf-Cvitak, J. (2004). Ritmička gimnastika. Kugler					
Dopunska literatura	Jastrjembskaia, N., Titov, Y. (1998). Rhythmic Gymnastics. Champaign: Human Kinetics.Furjan-Mandić, G. (2000). Klasifikacija elemenata tehnike u ritmičkoj gimnastici. (Disertacija). 9-44, 130-140. Furjan-Mandić, G. (2007). Ritmička gimnastika. Priručnik. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. Kolarec, M., Furjan-Mandić, G. i Jurinec, J. (2009). Razvoj izdržljivosti u ritmičkoj gimnastici. Zbornik radova 7. godišnje međunarodne konferencije Kondicijska priprema sportaša,(str. 446-447). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu Vaganova, A. (1977). Osnovi klasičnog baleta. Beograd: Sportska knjiga.					
Način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva Istraživački rad tijekom trajanja studija Anonimna studentska anketa					

ANTROPOLOŠKA ANALIZA U RITMIČKOJ GIMNASTICI (146480)

Nositeljica predmeta		**prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić**	
Kancelarija		173	
Konzultacije		srijeda 12.30 do 13.00 te prema dogovoru putem e-mail adrese ili na tel. +385 95 3658805	
e-mail		gordana-furjan-mandic@kif.hr	
Telefon		+38513658773	
Nositeljica predmeta		**doc. dr. sc. Josipa Radaš**	
Kancelarija		168	
Konzultacije		ponedjeljkom u 11.00 sati	
e-mail		josipa.radas@kif.hr	
Telefon		+38513658768	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	5.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	45 (30P+15S)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Antropološka analiza ritmičke gimnastike ima za cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za antropološke karakteristike tj. važnosti antropoloških karakteristika i sposobnosti u ritmičkoj gimnastici (natjacateljskom, rekreativnom i edukativnom)		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Antropološka analiza ritmičke gimnastike studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za definiranje važnosti antropoloških karakteristikama i sposobnosti u svim fazama bavljenja sportom (edukacija i vrhunski sport) kao i bavljenjem sportom u svrhu rekreacije.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o - antropološkim karakteristikama sportaša različite spola, dobi i kvalitete - utjecaju različitih antropoloških obilježja (jednadžba specifikacije) na uspješnost u ritmičkoj gimnastici. - psihološkim karakteristikama sportaša te utjecaju psihološke i sociološke komponente na postizanju rezultata u ritmičkoj gimnastici. - međusobnoj povezanosti antropoloških karakteristika i sposobnosti. - međusobnoj povezanosti antropoloških karakteristika i specifičnih motoričkih znanja - strukturi i relaciji karakteristika, sposobnosti, osobina i znanja. - modalnim vrijednostima vrhunskih sportaša u ritmičkoj gimnastici. - utjecaju sporta na razvoj i održavanje različitih antropoloških obilježja u različitim dobnim skupinama sportaša i rekreativaca.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Specifične sposobnosti i znanja ritmičarki (3P + 2S) 2. Specifične antropološke karakteristike ritmičarki različitog spola, dobi i kvalitete (3P + 1S) 3. Utjecaj različitih antropoloških obilježja na uspješnost u ritmičkoj gimnastici (jednadžba specifikacije) (2P + 1S) 4. Modelne karakteristike treniranosti u ritmičkoj gimnastici (2P + 2S)		

	5. Povezanost antropometrijskih obilježja sportaša sa uspješnošću u ritmičkoj gimnastici (3P + 1S) 6. Povezanost funkcionalnih obilježja sportaša sa uspješnošću u ritmičkoj gimnastici (3P + 1S) 7. Povezanost motoričkih sposobnosti sportaša sa uspješnošću u ritmičkoj gimnastici (3P + 1S) 8. Povezanost kognitivnih sposobnosti i konativnih obilježja sportaša sa uspješnošću u ritmičkoj gimnastici (3P + 1S) 9. Sociološke komponente u ritmičkoj gimnastici (2P + 1S) 10. Upoznavanje sa specifičnim testovima za procjenu stanja treniranosti (2P + 1S) 11. Suradnja stručnog tima (trener - kineziolog, psiholog, sociolog, liječnik) u procjeni i vrednovanju treniranosti u ritmičkoj gimnastici (2P + 1S) 13. Utjecaj ritmičke gimnastike na razvoj i održavanje različitih antropoloških obilježja mlađih dobnih kategorija (2P + 2S)
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci

Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	34%	2	Pohađanje nastave	16%	
	Usmeni ispit	34%	2	Seminarski rad	16%	1
	ukupno				5.0 ECTS	

Obvezna literatura	Furjan-Mandić, G. (2000). Klasifikacija elemenata tehnike u ritmičkoj gimnastici. (Disertacija), Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu. Furjan-Mandić, G., Kolarec, M. Radaš J. (2010). Individualni pristup kod sastavljanja natjecateljske koreografije u ritmičkoj gimnastici. U: V. Findak (ur.), Zbornik radova 19. ljetne škole kineziologa RH, (str. 321-325). Poreč: Hrvatski kineziološki savez. Wolf-Cvitak, J. (2004). Ritmička gimnastika. Kugler.
Dopunska literatura	Furjan, G. (1990). Prognostička valjanost situacionih i nekih testova koordinacije za uspjeh u ritmičko-sportskoj gimnastici. (Magistarski rad), Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu. Vajngerl,B., Wolf-Cvitak, J. (2000). Motivational structure of the girls involved in sports with a distinct esthetic component. Kinesiology, 32 (1): 55-66. Wolf-Cvitak, J. (1993). Odnosi između nekih morfoloških i motoričkih karakteristika i osnovnih elemenata tehnike u ritmičko-sportskoj gimnastici. Disertacija. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu, 148-185. Kolarec, M., Furjan-Mandić, G., Jurinec, J. (2009). Razvoj izdržljivosti u ritmičkoj gimnastici. Zbornik radova 7. godišnje međunarodne konferencije Kondicijska priprema sportaša, Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 446-447.
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

METODIKA U RITMIČKOJ GIMNASTICI I (146481)

Nositeljica predmeta		**prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić**	
Kancelarija		173	
Konzultacije		srijeda 12.30 do 13.00 te prema dogovoru putem e-mail adrese ili na tel. +385 95 3658805	
e-mail		gordana-furjan-mandic@kif.hr	
Telefon		+38513658773	
Nositeljica predmeta		**doc. dr. sc. Josipa Radaš**	
Kancelarija		168	
Konzultacije		ponedjeljkom u 11.00 sati	
e-mail		josipa.radas@kif.hr	
Telefon		+38513658768	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	60 (30P + 30V)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Prvi cilj predmeta je omogućiti studentima usvajanje temeljnih teorijskih i praktičnih znanja o važnosti i utjecaju kondicijske pripreme na natjecateljski rezultat u ritmičkoj gimnastici. Drugi cilj predmeta jest upoznati studente sa zakonitostima upravljanja trenažnim procesom u svrhu razvoja bazičnih i specifičnih kondicijskih sposobnosti.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Nakon apsolviranja predmeta studenti će biti osposobljeni za izradu, provedbu i kontrolu metodički ispravnog kondicijskog trenažnog procesa kod svih dobnih uzrasta i natjecateljskih kategorija u ritmičkoj gimnastici.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o - važnosti kvantitativnih motoričkih sposobnosti (snaga, izdržljivost, brzina, fleksibilnost) u ritmičkoj gimnastici - važnosti kvalitativnih motoričkih sposobnosti (koordinacija, ravnoteža, preciznost) u ritmičkoj gimnastici - utjecaju bazičnih i specifičnih funkcionalnih sposobnosti u ritmičkoj gimnastici - metodici razvoja bazičnih motoričkih sposobnosti - metodici razvoja specifičnih motoričkih sposobnosti - metodici razvoja bazičnih funkcionalnih sposobnosti - metodici razvoja specifičnih funkcionalnih sposobnosti		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (svaka se nastavna tema obrađuje 1P+1V osim tema pod red.br. 2 i 28. koje se obrađuju 2P+2V)) 1. Osnovni pedagoški i didaktički principi u kondicijskom treningu ritmičarki 2. Osnovni metodički principi u kondicijskom treningu ritmičarki 3. Organizacijske i metodičke forme kondicijskog treninga ritmičarki 4. Lokaliteti, oprema i pomagala za kondicijski trening u ritmičkoj gimnastici 5. Organizacijski oblici kondicijske pripreme u ritmičkoj gimnastici 6. Klasifikacija metoda vježbanja za razvoj kondicijskih sposobnosti u ritmičkoj gimnastici 7. Metodika razvoja snage u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi		

	8. Metodika razvoja brzine u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 9. Metodika razvoja izdržljivosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 10. Metodika razvoja fleksibilnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 11. Metodika razvoja koordinacije u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 12. Metodika razvoja agilnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 13. Metodika razvoja preciznosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 14. Metodika razvoja ravnoteže u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 15. Metodika razvoja aerobnih sposobnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 16. Metodika razvoja anaerobnih (glikolitičkih i fosfagenih) sposobnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 17. Metodika razvoja snage u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 18. Metodika razvoja brzine u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 19. Metodika razvoja izdržljivosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 20. Metodika razvoja fleksibilnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 21. Metodika razvoja koordinacije u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 22. Metodika razvoja agilnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 23. Metodika razvoja preciznosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 24. Metodika razvoja ravnoteže u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 25. Metodika razvoja aerobnih sposobnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 26. Metodika razvoja anaerobnih (glikolitičkih i fosfagenih) sposobnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 27. Metodika razvoja i održavanja morfoloških obilježja sportaša u ritmičkoj gimnastici 28. Kontrola kondicijske pripremljenosti ritmičarki
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci

Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	25%	2	Pohađanje nastave	12,5%	1
	Usmeni ispit	50%	3	Seminarski rad	12,5%	1
	ukupno				7.0 ECTS	

Obvezna literatura	Jastrjembskaia, N., Titov, Y. (1998). Rhythmic Gymnastics. Champaign: Human Kinetics. Wolf-Cvitak, J. (2004). Ritmička gimnastika. Kugler.
Dopunska literatura	Vajngerl, B., Žilavec, S. (2000). Drugi korak v ritmični gimnastiki. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport. Vajngerl, B., Košir, A. (2006). Tretji korak v ritmični gimnastiki. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U RITMIČKOJ GIMNASTICI I (146493)

Nositeljica predmeta		**prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić**			
Kancelarija		173			
Konzultacije		srijeda 12.30 do 13.00 te prema dogovoru putem e-mail adrese ili na tel. +385 95 3658805			
e-mail		gordana-furjan-mandic@kif.hr			
Telefon		+38513658773			
Nositeljica predmeta		**doc. dr. sc. Josipa Radaš**			
Kancelarija		168			
Konzultacije		ponedjeljkom u 11.00 sati			
e-mail		josipa.radas@kif.hr			
Telefon		+38513658768			
studijski program	Stručni studij	status predmeta		specijalistički	
Semestar	II.	godina studija		I.	
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost		0.0 ECTS	
mjesto izvođenja					
način izvođenja nastave	30 (30V)	očekivani broj studenata na predmetu		1	
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti				
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.				
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Sudjelovati u praćenju i provedbi dijagnostičkih postupaka sportaša i rekreativaca u okviru svoje specijalnosti - Sudjelovanje u metodičkom oblikovanju trenažnoga rada za razvoj bazičnih i specifičnih sposobnosti i osobina - Sudjelovanje u metodičkom oblikovanju trenažnoga rada za stjecanje motoričkih znanja				
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Praćenje oglednih treninga koje provode treneri specijalisti (10V) - Praćenje i registracija parametara trenažnog rada u sportskim klubovima, fitnes centrima i centrima za kondicijsku pripremu i rekreacijskim centrima (10V) - Pomaganje, asistiranje u procesu sportske pripreme djece i mladih sportaša (10V)				
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci				
Praćenje rada studenata	Praktični rad	100%			
	ukupno			**0.0 ECTS**	
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa				

SMJER – SKIJANJE – II. SEM

Šifra predmeta	PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Studijski smjer SPORT						
163868	Povijest, pravila i organizacija skijanja	izv.prof.dr.sc. Vjekoslav Cigrovski	30			3
163869	Kineziološka analiza skijanja	izv.prof.dr.sc. Vjekoslav Cigrovski	45	5	40	9
163870	Antropološka analiza u skijanju	izv.prof.dr.sc. Vjekoslav Cigrovski	30	15		5
163871	Metodika skijanja 1	izv.prof.dr.sc. Vjekoslav Cigrovski	30		30	7
163872	Stručno-trenerska praksa skijanja 1	izv.prof.dr.sc. Vjekoslav Cigrovski			30	
		UKUPNO	**135**	**20**	**100**	**24**

POVIJEST, PRAVILA I ORGANIZACIJA SKIJANJA (163868)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Vjekoslav Cigrovski**	
Kancelarija		101/2	
Konzultacije		utorkom od 10.00 do 11.00 sati i prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		vjekoslav.cigrovski@kif.hr	
Telefon		+38513658702	
nastavnik		**prof. dr. sc. Bojan Matković**	
kancelarija		153	
konzultacije		utorkom od 17:30 do 19:00 sati	
e-mail		bojan.matkovic@kif.hr	
telefon		+38513658753	
suradnik		**izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda**	
e-mail		nikola.prlenda@kif.hr	
vanjski suradnik		**dr.sc. Krešimir Šamija**	
e-mail		kresimir.samija@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	30(30P)	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s osnovnim postavkama skijanja, a koji su sadržani unutar tema povijesti, nastanka i razvoja, aktualnim pravilima i njihovom tumačenju unutar skijanja te načinu funkcioniranja organiziranih sustava (saveza) koji promiču i upravljaju skijanjem na domaćoj i međunarodnoj razini.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će se upoznati s okolnostima i mjestom nastanka skijanja, upoznat će se s onim čimbenicima koji su doveli do većeg ili manjeg, bržeg i sporijeg širenja u Svijetu i Hrvatskoj. Te informacije mogu pomoći u nastavku širenja i popularizacije skijanja. Studenti će nakon apsolviranja ovog predmeta imati uvid u nova pravila sporta te moćiis te interpretirati kao i shvatiti njihovu svrhu u okviru sporta. Studenti će steći uvid u organizaciju svih struktura koje djeluju u skijanju, a koje su važne za njegovo funkcioniranje od najmanje do najveće razine: udruga trenera, skijaški klub, gradski ili županijski savez, nacionalni savez, Hrvatski olimpijski odbor, kontinentalni savez i svjetska skijaška federacija		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će steći uvid u : 1. Okolnosti koje su dovele do nastanka skijanja 2. Način širenja i popularizacije skijanja 3. Dosadašnji razvoj skijanja 4. One stavke koje su dovele do postavljanje pravila skijanja kao i u one koje su poticale njihovu reviziju i/ili nadogradnju 5. Unutarnji ustroj organizacija koje su nadležne za skijanje u Hrvatskoj i Svijetu		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja 1. Pojava skijanja u organiziranom obliku (2P) 2. Razvoj i raširenost skijanja u Hrvatskoj i Svijetu (2P) 3. Svjetska i europska prvenstva za različite dobne kategorije (2P) 4. Službena međunarodna natjecanja (2P) 5. Sudjelovanja hrvatskih skijaša na međunarodnim natjecanjima u skijanju (2P)		

	6. Ustroj skijanja u Hrvatskoj i Svijetu (2P) 7. Hrvatski olimpijski odbor (2P) 8. Nacionalni skijaški savez: statut, pravilnici i sektori djelovanja pojedinih odbora, savjeta i povjerenstava (2P) 9. Sudačka organizacija (2P) 10. Udruga trenera (2P) 11. Skijaški klub - ustrojstvo i upravljanje(2P) 12. Službena međunarodna pravila (2P) 13. Razvoj pravila (2P) 14. Suđenje (2P) 15. Službeno osoblje (1P) 16. Utjecaj pravila na evoluciju modela skijanja (1P)
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci
Praćenje rada studenata	Pismeni ispit 100% 3 **ukupno** **3.0 ECTS**
Obvezna literatura	Matković, B., Ferenčak, S., Žvan, M. (2004). Skijajmo zajedno. Zagreb: Europapress holding i FERBOS inženjering. Lešnik, B., Žvan, M. (2007). Naše smučine, teorija in metodika alpskega smučanja. Ljubljana: SZS-ZUTS. Cvetnić, R. (2004). 110 godina skijanja u Zagrebu i Hrvatskoj, od prve skijaške udruge do danas. Zagreb: Pop & pop i Zagrebački skijaški savez.
Dopunska literatura	1. Jajčević, Z. (1994). 100 godina skijanja u Zagrebu 1894-1994. Zagreb: Zagrebački skijaški savez. 2. Jurković, N., Jurković, D. (2003). Skijanje, tehnika, metodika i osnove treninga. Zagreb: Graphis.
Način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva Istraživački rad tijekom trajanja studija Anonimna studentska anketa

KINEZIOLOŠKA ANALIZA SKIJANJA (163869)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Vjekoslav Cigrovski**	
Kancelarija		101/2	
Konzultacije		utorkom od 10.00 do 11.00 sati i prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		vjekoslav.cigrovski@kif.hr	
Telefon		+38513658702	
nastavnik		**prof. dr. sc. Bojan Matković**	
kancelarija		153	
konzultacije		utorkom od 17:30 do 19:00 sati	
e-mail		bojan.matkovic@kif.hr	
telefon		+38513658753	
suradnik		**izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda**	
e-mail		nikola.prlenda@kif.hr	
vanjski suradnik		**dr.sc. Krešimir Šamija**	
e-mail		kresimir.samija@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	9.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	90(45P+5S+40V)	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Kineziološka analiza skijanja ima za cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za strukturne i biomehaničke karakteristike svih faza i podfaza skijanja, a koje zajedno tvore strukture gibanja te strukture situacija u skijanju.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Kineziološka analiza skijanja studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za definiranje struktura gibanja i struktura situacija u natjecateljskom skijanju i rekreaciji.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja: - tipičnim strukturama gibanja u skijanju - tipičnim strukturama situacija u skijanju - kinematičkim karakteristikama struktura u skijanju - kinetičkim karakteristikama struktura u skijanju - funkcionalnim sposobnostima u skijanju - anatomskim karakteristikama motoričke izvedbe u skijanju - karakteristikama skijanja prema strukturnoj složenosti - karakteristikama skijanja prema dominaciji energetskih procesa - karakteristikama skijanja prema načinu registracije sportskog rezultata - notacijska analiza		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja, seminari i vježbe 1. Analiza skijanja prema strukturnoj složenosti (4P+4V) 2. Analiza skijanja prema biomehaničkim parametrima (4P*4V) 3. Analiza skijanja prema dominaciji energetskih procesa (4P+4V) 4. Registracija i analiza biomehaničkih pokazatelja uspješnosti u skijanju (5P+5S) 5. Analiza struktura, podstruktura i strukturnih jedinica tehnike u skijanju (6P + 6V)		

	6. Fazna struktura izvedbe tehničkih elemenata u skijanju (6P + 6V) 7. Analiza struktura, podstruktura i strukturnih elemenata taktike u skijanju (6P + 6V) 8. Fazna struktura izvedbe taktičkih elemenata u skijanju (6P + 6V) 9. Komparativna analiza izvedbe tehničkih elemenata skijaša različite dobi i razine natjecanja (2P+2V) 10. Komparativna analiza izvedbe taktičkih elemenata skijaša različite dobi i razine natjecanja (2P+2V)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	11%	1	Usmeni ispit	34%	3
	Pismeni ispit	11%	1	Praktični rad	44%	4
				ukupno	**9.0 ECTS**	
Obvezna literatura	Matković, B., Ferenčak, S., Žvan, M. (2004). Skijajmo zajedno. Zagreb: Europapress holding i FERBOS inženjering. Lešnik, B., Žvan, M. (2007). Naše smučine, teorija in metodika alpskega smučanja. Ljubljana: SZS-ZUTS. LeMaster, R. (2010). Ultimate skiing. Champaign, IL.: Human Kinetics.					
Dopunska literatura	1.Jurković, N., Jurković, D. (2003). Skijanje, tehnika, metodika i osnove treninga. Zagreb: Graphis. 2.Guček, A., Videmšek, D. (2002). Smučanje danes. Ljubljana: ZUTS.					
Način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva Istraživački rad tijekom trajanja studija Anonimna studentska anketa					

ANTROPOLOŠKA ANALIZA U SKIJANJU (163870)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Vjekoslav Cigrovski**	
Kancelarija		101/2	
Konzultacije		utorkom od 10.00 do 11.00 sati i prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		vjekoslav.cigrovski@kif.hr	
Telefon		+38513658702	
nastavnik		**prof. dr. sc. Bojan Matković**	
kancelarija		153	
konzultacije		utorkom od 17:30 do 19:00 sati	
e-mail		bojan.matkovic@kif.hr	
telefon		+38513658753	
suradnik		**izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda**	
e-mail		nikola.prlenda@kif.hr	
vanjski suradnik		**dr.sc. Krešimir Šamija**	
e-mail		kresimir.samija@kif.hr	
Telefon			
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	45(30P+15S)	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Antropološka analiza u skijanju ima za cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za antropološke karakteristike tj. važnosti antropoloških karakteristika i sposobnosti u skijanju (natjacateljskom, rekreativnom i edukativnom)		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Antropološka analiza u skijanju studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za definiranje važnosti antropoloških karakteristikama i sposobnosti u svim fazama bavljenja skijanjem (edukacija i vrhunski sport) kao i bavljenjem sportom u svrhu rekreacije.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o - antropološkim karakteristikama skijaša različite spola, dobi i kvalitete - utjecaju različitih antropoloških obilježja (jednadžba specifikacije) na uspješnost u skijanju. - psihološkim karakteristikama skijaša te utjecaju psihološke i sociološke komponente na postizanju rezultata u skijanju. - međusobnoj povezanosti antropoloških karakteristika i sposobnosti. - međusobnoj povezanosti antropoloških karakteristika i specifičnih motoričkih znanja - strukturi i relaciji karakteristika, sposobnosti, osobina i znanja. - modalnim vrijednostima vrhunskih skijaša. - utjecaju skijanja na razvoj i održavanje različitih antropoloških obilježja u različitim dobnim skupinama skijaša natjecatelja i rekreativaca.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Specifične sposobnosti i znanja skijaša (3P + 2S) 2. Specifične antropološke karakteristike skijaša različitog spola, dobi i kvalitete (3P + 1S) 3. Utjecaj različitih antropoloških obilježja na uspješnost u skijanju (jednadžba specifikacije) (2P + 1S)		

	4. Modelne karakteristike treniranosti u skijanju (2P + 2S) 5. Povezanost antropometrijskih obilježja skijaša sa uspješnošću u skijanju (3P + 1S) 6. Povezanost funkcionalnih obilježja skijaša sa uspješnošću u skijanju (3P + 1S) 7. Povezanost motoričkih sposobnosti skijaša sa uspješnošću u skijanju (3P + 1S) 8. Povezanost kognitivnih sposobnosti i konativnih obilježja skijaša sa uspješnošću u skijanju (3P + 1S) 9. Sociološke komponente u skijanju (2P + 1S) 10. Upoznavanje sa specifičnim testovima za procjenu stanja treniranosti skijaša (2P + 1S) 11. Suradnja stručnog tima (trener - kineziolog, psiholog, sociolog, liječnik) u procjeni i vrednovanju treniranosti u skijanju (2P + 1S) 12. Utjecaj skijanja na razvoj i održavanje različitih antropoloških obilježja mlađih dobnih kategorija (2P + 2S)
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci

Praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	16%		Usmeni ispit	34%	2
	Pismeni ispit	34%	2	Seminarski rad	16%	1
				ukupno	**5.0 ECTS**	

Obvezna literatura	Matković, B., Ferenčak, S., Žvan, M. (2004). Skijajmo zajedno. Zagreb: Europapress holding i FERBOS inženjering. Cigrovski, V., Matković, B., Prlenda, N. (2009). Povezanost ravnoteže s procesom usvajanja skijaških znanja. Hrvatski športskomedicinski vjesnik, 24(1), 25-29. Cigrovski, V., Matković, B., Krističević, T. (2006). Antropološke karakteristike kao osnova za selekciju u alpskom skijanju. Hrvatski športskomedicinski vjesnik, 21(2), 103-8.
Dopunska literatura	1. Kističević, T., Živčić, K., Cigrovski, V., Simović, S., Rački, G. (2010). Povezanost znanja akrobatskih elemenata s uspjehom u slalomu i veleslalomu kod mladih alpskih skijaša. Hrvatski športskomedicinski vjesnik, 25(1), 9-15. 2. Cigrovski, V., Matković, B., Novak, D. (2008). Differences in some anthropological characteristics of young alpine skiers recorded during one competitive season. Kineziologia Slovenica, 14(3), 26-32. 3. Cigrovski, V., Matković, B., Matković, B.R. (2002). Body composition changes during competitive season in young alpine skiers. In: Proceedings book Kinesiology-new perspectives. (Eds. D. Milanović, F. Prot), Opatija 25-29.09.2002. pp. 523-526. Zagreb: Kineziološki fakultet. 4. Jurković, N., Jurković, D. (2003). Skijanje, tehnika, metodika i osnove treninga. Zagreb: Graphis.
Način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva Istraživački rad tijekom trajanja studija Anonimna studentska anketa

METODIKA U SKIJANJU I. (173869)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Vjekoslav Cigrovski**	
Kancelarija		101/2	
Konzultacije		utorkom od 10.00 do 11.00 sati i prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		vjekoslav.cigrovski@kif.hr	
Telefon		+38513658702	
nastavnik		**prof. dr. sc. Bojan Matković**	
kancelarija		153	
konzultacije		utorkom od 17:30 do 19:00 sati	
e-mail		bojan.matkovic@kif.hr	
telefon		+38513658753	
suradnik		**izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda**	
e-mail		nikola.prlenda@kif.hr	
vanjski suradnik		**dr.sc. Krešimir Šamija**	
e-mail		kresimir.samija@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	60(30P+30V)	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Prvi cilj predmeta je omogućiti studentima usvajanje temeljnih teorijskih i praktičnih znanja o važnosti i utjecaju kondicijske pripreme na natjecateljski rezultat u skijanju. Drugi cilj predmeta jest upoznati studente sa zakonitostima upravljanja trenažnim procesom u svrhu razvoja bazičnih i specifičnih kondicijskih sposobnosti kod skijaša.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Nakon apsolviranja predmeta studenti će biti osposobljeni za izradu, provedbu i kontrolu metodički ispravnog kondicijskog trenažnog procesa kod svih dobnih uzrasta i natjecateljskih kategorija u sportskoj aktivnosti.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o - važnosti kvantitativnih motoričkih sposobnosti (snaga, izdržljivost, brzina, fleksibilnost) u skijanju - važnosti kvalitativnih motoričkih sposobnosti (koordinacija, ravnoteža, preciznost) u skijanju - utjecaju bazičnih i specifičnih funkcionalnih sposobnosti u skijanju - metodici razvoja bazičnih motoričkih sposobnosti kod skijaša - metodici razvoja specifičnih motoričkih sposobnosti kod skijaša - metodici razvoja bazičnih funkcionalnih sposobnosti kod skijaša - metodici razvoja specifičnih funkcionalnih sposobnosti kod skijaša		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (svaka se nastavna tema obrađuje 1P+1V osim tema pod red.br. 2 i 28. koje se obrađuju 2P+2V)) 1. Osnovni pedagoški i didaktički principi u kondicijskom treningu skijaša 2. Osnovni metodički principi u kondicijskom treningu skijaša 3. Organizacijske i metodičke forme kondicijskog treninga skijaša 4. Lokaliteti, oprema i pomagala za kondicijski trening u skijanju		

	5. Organizacijski oblici kondicijske pripreme u skijanju 6. Klasifikacija metoda vježbanja za razvoj kondicijskih sposobnosti u skijanju 7. Metodika razvoja snage u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi skijaša 8. Metodika razvoja brzine u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi skijaša 9. Metodika razvoja izdržljivosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi skijaša 10. Metodika razvoja fleksibilnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi skijaša 11. Metodika razvoja koordinacije u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi skijaša 12. Metodika razvoja agilnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi skijaša 13. Metodika razvoja preciznosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi skijaša 14. Metodika razvoja ravnoteže u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi skijaša 15. Metodika razvoja aerobnih sposobnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi skijaša 16. Metodika razvoja anaerobnih (glikolitičkih i fosfagenih) sposobnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 17. Metodika razvoja snage u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi skijaša 18. Metodika razvoja brzine u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi skijaša 19. Metodika razvoja izdržljivosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi skijaša 20. Metodika razvoja fleksibilnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi skijaša 21. Metodika razvoja koordinacije u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi skijaš 22. Metodika razvoja agilnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi skijaša 23. Metodika razvoja preciznosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi skijaša 24. Metodika razvoja ravnoteže u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi skijaša 25. Metodika razvoja aerobnih sposobnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi skijaša 26. Metodika razvoja anaerobnih (glikolitičkih i fosfagenih) sposobnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi skijaša 27. Metodika razvoja i održavanja morfoloških obilježja skijaša 28. Kontrola kondicijske pripremljenosti skijaša
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci

Praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	12,5%	1	Usmeni ispit	50%	3
	Pismeni ispit	25%	2	Seminarski rad	12,5%	1
				ukupno	**7.0 ECTS**	

Obvezna literatura	Matković, B., Ferenčak, S., Žvan, M. (2004). Skijajmo zajedno. Zagreb: Europapress holding i FERBOS inženjering Cigrovski, V., Matković, B., Kasović, M. (2010). How to make the alpine ski learning process more efficient. In: Book of Abstracts 5th international congress on Science and skiing. (Eds. E. Műller, S. Lindinger, T. Stoggl, J. Pfusterschmied), St. Christoph am Arlberg 14-19.12.2010. pp. 148. Salzburg: University of Salzburg. Cigrovski, V., Matković, B., Matković, R.B., Ivanec, D. (2007). The role of psychological factors in the alpine skiing learning process of the ski beginners. In: Book of Abstracts 4th international congress on Science and skiing. (Eds. E. Műller, S. Lindinger, T. Stoggl, V. Fastenbauer), St. Christoph am Arlberg 14-20.12.2007. pp. 142. Salzburg University of Salzburg.
Dopunska literatura	Cigrovski, V., Matković, B. (2008). Značaj primjene plužne skijaške tehnike u procesu učenja skijaških početnika. U: Zbornik radova 17. ljetna škola kineziologa Hrvatske, Poreč, 24- 28.06.2008. str. 487-491. Zagreb: Hrvatski Kineziološki savez.
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U SKIJANJU I. (163872)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Vjekoslav Cigrovski**	
Kancelarija		101/2	
Konzultacije		utorkom od 10.00 do 11.00 sati i prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		vjekoslav.cigrovski@kif.hr	
Telefon		+38513658702	
nastavnik		**prof. dr. sc. Bojan Matković**	
kancelarija		153	
konzultacije		utorkom od 17:30 do 19:00 sati	
e-mail		bojan.matkovic@kif.hr	
telefon		+38513658753	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	0.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	30(30V)	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Sudjelovati u praćenju i provedbi dijagnostičkih postupaka sportaša i rekreativaca u okviru svoje specijalnosti - Sudjelovanje u metodičkom oblikovanju trenažnoga rada za razvoj bazičnih i specifičnih sposobnosti i osobina - Sudjelovanje u metodičkom oblikovanju trenažnoga rada za stjecanje motoričkih znanja		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Praćenje oglednih treninga koje provode treneri specijalisti (10V) - Praćenje i registracija parametara trenažnog rada u sportskim klubovima, fitnes centrima i centrima za kondicijsku pripremu i rekreacijskim centrima (10V) - Pomaganje, asistiranje u procesu sportske pripreme djece i mladih sportaša (10V)		
Obveze studenata	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.		
Praćenje rada studenata	Praktični rad	100%	
	ukupno		**0.0 ECTS**
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.		

SMJER – SPORTSKA GIMNSTIKA – II. SEM

Šifra predmeta	PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
146436	Povijest, pravila i organizacija sportske gimnastike	prof. dr. sc. Kamenka Živčić prof. dr. sc. Željko Hraski	30			3
146437	Kineziološka analiza sportske gimnastike	prof. dr. sc. Kamenka Živčić prof. dr. sc. Željko Hraski	45	5	40	9
146438	Antropološka analiza u sportskoj gimnastici	prof. dr. sc. Željko Hraski	30	15		5
146439	Metodika u sportskoj gimnastici 1	izv. prof. dr. sc. Tomislav Krističević prof. dr. sc. Kamenka Živčić prof. dr. sc. Željko Hraski	30		30	7
146440	Stručno-trenerska praksa u sportskoj gimnastici 1	izv. prof. dr. sc. Tomislav Krističević prof. dr. sc. Kamenka Živčić prof. dr. sc. Željko Hraski			30	
		UKUPNO	**135**	**20**	**100**	**24**

POVIJEST, PRAVILA I ORGANIZACIJA SPORTSKE GIMNASTIKE (146436)

Nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Željko Hraski**	
kancelarija		174	
konzultacije		putem e-maila	
e-mail		zeljko.hraski@kif.hr	
telefon		+38513658	
Nositeljica predmeta		**prof. dr. sc. Kamenka Živčić Marković**	
kancelarija		175	
konzultacije		ponedjeljkom od 12.30	
e-mail		kamenka.zivcic@kif.hr	
telefon		+38513658775	
Nastavnik		**izv. prof. dr. sc. Tomislav Krističević**	
kancelarija			
konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		tomislav.kristicevic@kif.hr	
telefon		+38513658	
Nastavnik		**doc.dr. sc. Marijo Možnik**	
kancelarija		101/2	
konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		marijo.moznik@kif.hr	
telefon			
Nastavnik		**dr.sc. Lucija Milčić, pred.**	
e-mail		lucija.milcic@kif.hr	
vanjski suradnik		**mr. sc. Ratko Vuković, pred.**	
e-mail		ratko.vukovic@kif.hr	
vanjski suradnik		**Ivan Ćuk**	
e-mail		ivan.cuk@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	30(30P)	očekivani broj studenata na predmetu	5
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s osnovnim postavkama sportske gimnastike a koji su sadržani unutar tema povijesti, nastanka i razvoja, aktualnim pravilima i njihovom tumačenju unutar sporta te načinu funkcioniranja organiziranih sustava (saveza) koji promiču i upravljaju sportskom aktivnosti na domaćoj i međunarodnoj razini.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će se upoznati s okolnostima i mjestom nastanka sportske gimnastike, upoznat će se s onim čimbenicima koji su doveli do većeg ili manjeg, bržeg i sporijeg širenja u Svijetu i Hrvatskoj. Te informacije mogu pomoći u nastavku širenja i popularizacije sportske gimnastike. Studenti će nakon apsolviranja ovog predmeta imati uvid u nova pravila sportske gimnastike te moći iste interpretirati kao i shvatiti njihovu svrhu u okviru provođenja i organizacije gimnastičkih natjecanjima na različitim kvalitativnim i dobnim razinama. Studenti će steći uvid u organizaciju svih struktura koje djeluju u sportskoj gimnastici, a koje su važne		

	za njegovo funkcioniranje od najmanje do najveće razine: udruga trenera, sportski klub, gradski ili županijski savez, nacionalni savez, Hrvatski olimpijski odbor, kontinentalni savez i svjetska federacija u sportskoj gimnastici.
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će steći uvid u : 1. Okolnosti koje su dovele do nastanka sportske gimnastike 2. Način širenja i popularizacije sportske gimnastike 3. Dosadašnji razvoj sportske gimnastike 4. One stavke koje su dovele do postavljanje pravila sportske gimnastike kao i u one koje su poticale njihovu reviziju i/ili nadogradnju 5. Unutarnji ustroj organizacija koje su nadležne za sportsku gimnastiku u Hrvatskoj i Svijetu
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja 1. Pojava gimnastičkih sistema kroz povijest (2P) 2. Razvoj i raširenost sportske gimnastike u Hrvatskoj i Svijetu (2P) 3. Svjetska i europska prvenstva za različite dobne kategorije (2P) 4. Službena međunarodna natjecanja (2P) 5. Sudjelovanja hrvatskih sportaša na međunarodnim natjecanjima u sportskoj gimnastici (2P) 6. Ustroj sportske gimnastike u Hrvatskoj i Svijetu (2P) 7. Hrvatski olimpijski odbor (2P) 8. Hrvatski gimnastički savez: statut, pravilnici i sektori djelovanja pojedinih odbora, savjeta i povjerenstava (2P) 9. Sudačka organizacija (2P) 10. Udruga trenera (2P) 11. Sportski klub - ustrojstvo i upravljanje(2P) 12. Službena međunarodna pravila (2P) 13. Razvoj pravila (2P) 14. Suđenje (2P) 15. Službeno osoblje (1P) 16. Utjecaj pravila na evoluciju modela sportske gimnastike (1P)
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci
Praćenje rada studenata	Pismeni ispit | 75% | 3 | Pohađanje nastave | 25% **ukupno** | **3.0 ECTS**
Obvezna literatura	FIG (2009). WAG Code of points. Moutier: Federation International de Gymnasstique. FIG (2009). MAG Code of points. Moutier: Federation International de Gymnasstique. FIG (2009).Technical regulations. Moutier: Federation International de Gymnasstique.
Dopunska literatura	1. Sabo, Sonja (2011). Opće promjene bodovnog pravilnika ženske sportske gimnastike u periodu od 1992. do 2010. godine. (diplomski rad). Zagreb : Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. FIG (2012). Artistic Gymnastics History /on line/. S mreže skinuto 01. ožujka 2012. s adrese: http://www.sportcentric.com/vsite/vcontent/page/custom/0,8510,5187-188424-205646-44680-282887-custom-item,00.html 3. Wikipedia (2012). Artistic gymnastics /on line/. S mreže skinuto 1. Ožujka 2012. s adrese: http://en.wikipedia.org/wiki/Artistic_gymnastics 4. Hraski, Željko; Živčić, Kamenka; Gojković, Višnja (2001). Sportska gimnastika. Ur. Milanović, Dragan, 10. Zagrebački sajam sporta i nautike: Stanje i perspektiva zagrebačkog sporta. Zagreb : Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački športski savez (406-410).
Način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva Istraživački rad tijekom trajanja studija Anonimna studentska anketa

KINEZIOLOŠKA ANALIZA SPORTSKE GIMNASTIKE (146437)

Nositeljica predmeta		**prof. dr. sc. Kamenka Živčić Marković**	
kancelarija		175	
konzultacije		ponedjeljkom od 12.30	
e-mail		kamenka.zivcic@kif.hr	
telefon		+38513658775	
Nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Željko Hraski**	
kancelarija		174	
konzultacije		putem e-maila	
e-mail		zeljko.hraski@kif.hr	
telefon		+38513658	
Nastavnik		**izv. prof. dr. sc. Tomislav Krističević**	
kancelarija			
konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		tomislav.kristicevic@kif.hr	
telefon		+38513658	
Nastavnik		**doc.dr. sc. Marijo Možnik**	
kancelarija		101/2	
konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		marijo.moznik@kif.hr	
telefon			
Nastavnik		**dr.sc. Lucija Milčić, pred.**	
e-mail		lucija.milcic@kif.hr	
vanjski suradnik		**mr. sc. Ratko Vuković, pred.**	
e-mail		ratko.vukovic@kif.hr	
vanjski suradnik		**Ivan Ćuk**	
e-mail		ivan.cuk@kif.hr	
vanjski suradnik		**Bojan Šinkovec, prof.**	
e-mail		bojan.sinkovec@kif.hr	
vanjski suradnik		**Igor Krijimski, prof.**	
e-mail		igor.krijimski@kif.hr	
vanjski suradnik		**Željko Jambrović, prof.**	
e-mail		zeljko.jambrovic@kif.hr	
vanjski suradnik		**Tatjana Stibilj-Bartović, prof.**	
e-mail		tatjana.stibilj.bartovic@kif.hr	
vanjski suradnik		**Aida Badić, prof.**	
e-mail		adia.badic@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	9.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	90(45P+5S+40V)	očekivani broj studenata na predmetu	5

ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Kineziološka analiza sportske gimnastike ima za cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za strukturne i biomehaničke karakteristike svih faza i podfaza sportske aktivnosti, a koje zajedno tvore strukture gibanja te strukture situacija u sportskoj gimnastici.
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Kineziološka analiza sporta studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za definiranje struktura gibanja u svim disciplinama u sportskoj gimnastici sa specifičnošču svih sprava koje se pojavljuju u natjecateljskom sportu i rekreaciji.
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja: - tipičnim strukturama gibanja na svim spravama zastupljenim u sportskoj gimnastici - tipičnim strukturama kompozicija vježbi na svim spravama zastupljenim u sportskoj gimnastici - kinematičkim karakteristikama struktura u sportskoj gimnastici - kinetičkim karakteristikama struktura u sportskoj gimnastici - funkcionalnim sposobnostima u sportskoj gimnastici - anatomskim karakteristikama motoričke izvedbe u sportskoj gimnastici - karakteristikama disciplina sportske gimnastike prema strukturnoj složenosti - karakteristikama disciplina sportske gimnastike prema dominaciji energetskih procesa - karakteristikama disciplina sportske gimnastike prema načinu registracije sportskog rezultata
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja, seminari i vježbe 1. Analiza disciplina sportske gimnastike prema strukturnoj složenosti (4P+4V) 2. Analiza disciplina sportske gimnastike prema biomehaničkim parametrima (4P*4V) 3. Analiza disciplina sportske gimnastike prema dominaciji energetskih procesa (4P+4V) 4. Registracija i analiza biomehaničkih pokazatelja uspješnosti u disciplinama sportske gimnastike (5P+5S) 5. Analiza struktura, podstruktura i strukturnih jedinica tehnike u disciplinama sportske gimnastike (6P + 6V) 6. Fazna struktura izvedbe tehničkih elemenata (6P + 6V) 7. Analiza posebnosti i specifičnih zahtjeva u sastavljanju slobodnih vježbi na pojedinim spravama u sportskoj gimnastici (6P + 6V) 8. Fazna struktura izvedbe slobodnih vježbi na spravama u sportskoj gimnastici (6P + 6V) 9. Komparativna analiza izvedbe tehničkih elemenata gimnastičara i gimnastičarki a različite dobi i razine natjecanja (2P+2V) 10. Komparativna analiza kompozicije slobodnih vježbi gimnastičara i gimnastičarki različite dobi i razine natjecanja (2P+2V)
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci

Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	11%	1	Pohađanje nastave	11%	1
	Usmeni ispit	34%	3	Praktični ispit	44%	4
	ukupno				**9.0 ECTS**	

Obvezna literatura	Živčić, K. (2007). Akrobatska abeceda u sportskoj gimnastici. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. Živčić, K., Breslauer, N., Stibilj-Batinić, T. (2008). Dijagnosticiranje i znanstveno verificiranje metodičkog postupka učenja u sportskoj gimnastici. Odgojne znanosti, 1(15), 159-180. Živčić, K. (2000). Biomehaničko vrednovanje vježbi za izvedbu premeta naprijed. (doktorska disertacija). Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
Dopunska literatura	1. Živčić Marković, Kamenka; Čavar, Ines; Sporiš, Goran (2012). Changes in gymnasts motor abilities during the nine month training process of female gymnasts 5-6 years of age.Science of Gymnastics Journal. 4 (2); 45-54.

	2. Živčić, K., Furjan-Mandić, G., Horvatin-Fućkar, M. (2007). The Kinematic Model of the Bounce off Phase in some Acrobatic Elements with Forward Body Rotation. Facta Universitatis, Series Physical Education and Sport, University of Niš,1 (5), 9-18. 3. Živčić Marković, K., Omrčen, D. (2009). The analysis of the influence of teaching methods on the acquisition of the landing phase in forward handspring. Science of gymnastics journal. 1(1), 21-30. 4. Marinšek, M., Čuk, I. (2007). Theoretical model for the evaluation of somersault landings in floor exercise. V: Smajlović, Nusret (ur.). Zbornik naučnih i stručnih radova. Sarajevo: Univerzitet, Fakultet sporta i tjelesnog odgoja, 63-68. 5. Čuk, I., Atiković, A., Tabaković, M. (2007). Hipotetičko-funkcionalno anatomska i mehanička analiza novog gimnastičkog elementa –Tkačev salto. u: Smajlović, N. (ur.) Zbornik naučnih i stručnih radova – dodatak. Sarajevo: Univerzitet, Fakultet sporta i tjelesnog odgoja, 13-20.
Način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva Istraživački rad tijekom trajanja studija Anonimna studentska anketa

ANTROPOLOŠKA ANALIZA U SPORTSKOJ GIMNASTICI (146438)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Željko Hraski**	
kancelarija		174	
konzultacije		utorkom od 9.00 do 10.00 sati	
e-mail		zeljko.hraski@kif.hr	
telefon		+38513658774	
nastavnik		**izv. prof. dr. sc. Tomislav Krističević**	
kancelarija			
konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		tomislav.kristicevic@kif.hr	
telefon		+38513658	
nastavnik		**prof. dr. sc. Kamenka Živčić Marković**	
kancelarija		175	
konzultacije		ponedjeljkom od 12.30	
e-mail		kamenka.zivcic@kif.hr	
telefon			
Nastavnik		**doc.dr. sc. Marijo Možnik**	
kancelarija		101/2	
konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		marijo.moznik@kif.hr	
telefon			
Nastavnik		**dr.sc. Lucija Milčić, pred.**	
e-mail		lucija.milcic@kif.hr	
vanjski suradnik		**Tigran Gorički, prof.**	
e-mail		tigran.goricki@kif.hr	
vanjski suradnik		**Igor Krijimski, prof.**	
e-mail		igor.krijimski@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	5.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	45 (30P+15S)	očekivani broj studenata na predmetu	5
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Antropološka analiza u sportskoj gimnastici ima za cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za antropološke karakteristike tj. važnosti antropoloških karakteristika i sposobnosti u sportskoj gimnastici (natjecateljskoj, rekreativnoj i edukativnoj)		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Antropološka analiza u sportskoj gimnastici studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za definiranje važnosti antropoloških karakteristikama i sposobnosti u svim fazama bavljenja sportskom gimnastikom (edukacija i vrhunski sport) kao i bavljenjem sportom u svrhu rekreacije. Iznimno je važno da se upoznaju sa ulogom antropometrijskih karakteristika i predispozicija vezanih za primarnu selekciju i kasniju specijalizaciju te usmjeravanje ka specifičnim disciplinama u sportskoj gimnastici.		

Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o - antropološkim karakteristikama sportaša različite spola, dobi i kvalitete - utjecaju različitih antropoloških obilježja (jednadžba specifikacije) na uspješnost u sportskoj gimnastici. - psihološkim karakteristikama sportaša te utjecaju psihološke i sociološke komponente na postizanju rezultata u sportskoj gimnastici. - međusobnoj povezanosti antropoloških karakteristika i sposobnosti. - međusobnoj povezanosti antropoloških karakteristika i specifičnih motoričkih znanja na pojedinim spravama u sportskoj gimnastici - strukturi i relaciji karakteristika, sposobnosti, osobina i znanja. - modalnim vrijednostima vrhunskih sportaša u sportskoj gimnastici. - utjecaju sporta na razvoj i održavanje različitih antropoloških obilježja u različitim dobnim skupinama vrhunskih gimnastičara i gimnastičarki te gimnastičara rekreativaca.
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Specifične sposobnosti i znanja sportaša (3P + 2S) 2. Specifične antropološke karakteristike sportaša različitog spola, dobi i kvalitete (3P + 1S) 3. Utjecaj različitih antropoloških obilježja na uspješnost u sportskoj gimnastici (jednadžba specifikacije) (2P + 1S) 4. Modelne karakteristike treniranosti u sportskoj gimnastici (2P + 2S) 5. Povezanost antropometrijskih obilježja sportaša sa uspješnošću u pojedinim disciplinama u sportskoj gimnastici (3P + 1S) 6. Povezanost funkcionalnih obilježja sportaša sa uspješnošću u pojedinim disciplinama u sportskoj gimnastici (3P + 1S) 7. Povezanost motoričkih sposobnosti sportaša sa uspješnošću u pojedinim disciplinama u sportskoj gimnastici (3P + 1S) 8. Povezanost kognitivnih sposobnosti i konativnih obilježja sportaša sa uspješnošću u pojedinim disciplinama u sportskoj gimnastici (3P + 1S) 9. Sociološke komponente u sportskoj gimnastici (2P + 1S) 10. Upoznavanje sa specifičnim testovima za procjenu stanja treniranosti u pojedinim disciplinama u sportskoj gimnastici (2P + 1S) 11. Suradnja stručnog tima (trener - kineziolog, psiholog, sociolog, liječnik) u procjeni i vrednovanju treniranosti u sportskoj gimnastici (2P + 1S) 12. Utjecaj sporta na razvoj i održavanje različitih antropoloških obilježja mlađih dobnih kategorija (2P + 2S)
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci

Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	34%	2	Pohađanje nastave	16%	
	Usmeni ispit	34%	2	Seminarski rad	16%	1
	ukupno				**5.0 ECTS**	

Obvezna literatura	Hraski Ž., Krističević, T., Basić, R. (2003). Osnove treninga snage u sportskoj gimnastici. u: Milanović D., Jukić I. (ur.) Zbornik radova, Međunarodni znanstveno-tručni skup „ondicijska priprema sportaša“ 12. zagrebački sajam sporta i nautike. Zagreb, 21. – 22. veljače, 529-532. Hraski, Ž., Mejovšek, M. (2004). Production of angular momentum for backward somersault. IASTED International Conference on Biomechanics, Honolulu, Hawaii, USA, 10-13. Čuk, I., Korenčić, T., Tomazo-Ravnik, T., Peček, M., Bučar, M., Hraski, Ž. (2007). Differencies in Morphologic Characteristics Between Top Level Gymnasts of Year 1933 and 2000. Collegium Antropologicum, 31(2007) 2: 613-619.
Dopunska literatura	1. Živčić Markovi, Kamenka; Omrčen, Darija. THE ANALYSIS OF THE INFLUENCE OF TEACHNING METHODS ON THE ACQUISITION OF THE LANDING PHASE IN FORWARD HANDSPRING. // Science of Gymnastics Journal. 1 ((2009)) , 1; 21-30 (članak, znanstveni). 2. Živčić, Kamenka; Breslauer Nevenka; Stibilj - Batinić, Tatjana. Dijagnosticiranje i

	znanstveno verificiranje metodičkog postupka učenja u sportskoj gimnastici. // Odgojne znanosti. 10 (2008) , 1(15); 159-180 (prethodno priopćenje, znanstveni). 3. Živčić, Kamenka. Biomehaničko vrednovanje vježbi za izvedbu premeta naprijed / doktorska disertacija. Zagreb : Fakultet za fizičku kulturu, 08.12. 2000., 184 str. Voditelj: Šadura, Tatjana. 4. http://www.scienceofgymnastics.com 5. http://www.drillsandskills.com/
Način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva Istraživački rad tijekom trajanja studija Anonimna studentska anketa

METODIKA U SPORTSKOJ GIMNASTICI I (146439)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomislav Krističević**	
kancelarija		dekanat	
konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		tomislav.kristicevic@kif.hr	
telefon			
nositeljica predmeta		**prof. dr. sc. Kamenka Živčić Marković**	
kancelarija		175	
konzultacije		ponedjeljkom od 12.30	
e-mail		kamenka.zivcic@kif.hr	
telefon			
nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Željko Hraski**	
kancelarija		174	
konzultacije		utorkom od 9.00 do 10.00 sati	
e-mail		zeljko.hraski@kif.hr	
telefon		+38513658774	
Nastavnik		**doc.dr. sc. Marijo Možnik**	
kancelarija		101/2	
konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		marijo.moznik@kif.hr	
telefon			
Nastavnik		**dr.sc. Lucija Milčić, pred.**	
e-mail		lucija.milcic@kif.hr	
vanjski suradnik		**Ivan Ćuk**	
e-mail		ivan.cuk@kif.hr	
vanjski suradnik		**Bojan Šinkovec, prof.**	
e-mail		bojan.sinkovec@kif.hr	
vanjski suradnik		**Igor Krijimski, prof.**	
e-mail		igor.krijimski@kif.hr	
vanjski suradnik		**Željko Jambrović, prof.**	
e-mail		zeljko.jambrovic@kif.hr	
vanjski suradnik		**Tatjana Stibilj-Bartović, prof.**	
e-mail		tatjana.stibilj.bartovic@kif.hr	
vanjski suradnik		**Aida Badić, prof.**	
e-mail		adia.badic@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	60 (30P + 30V)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Prvi cilj predmeta je omogućiti studentima usvajanje temeljnih teorijskih i praktičnih znanja o važnosti i utjecaju kondicijske pripreme na natjecateljski rezultat u sportskoj gimnastici. Drugi cilj predmeta jest upoznati studente sa zakonitostima upravljanja trenažnim procesom u		

	svrhu razvoja bazičnih i specifičnih kondicijskih sposobnosti neophodnih za usvajanje elemenata tehnike te njihova visoko kvalitetna izvedba kao preduvjet za vrhunski rezultat u natjecateljskom shegmentu sportske gimnastike.
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Nakon apsolviranja predmeta studenti će biti osposobljeni za izradu, provedbu i kontrolu metodički ispravnog kondicijskog trenažnog procesa kod svih dobnih uzrasta i natjecateljskih kategorija u sportskoj gimnastici.
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o - važnosti kvantitativnih motoričkih sposobnosti (snaga, izdržljivost, brzina, fleksibilnost) u sportskoj gimnastici - važnosti kvalitativnih motoričkih sposobnosti (koordinacija, ravnoteža, preciznost) u sportskoj gimnastici. - utjecaju bazičnih i specifičnih funkcionalnih sposobnosti u sportskoj gimnastici. - metodici razvoja bazičnih motoričkih sposobnosti - metodici razvoja specifičnih motoričkih sposobnosti - metodici razvoja bazičnih funkcionalnih sposobnosti - metodici razvoja specifičnih funkcionalnih sposobnosti
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (svaka se nastavna tema obrađuje 1P+1V osim tema pod red.br. 2 i 28. koje se obrađuju 2P+2V)) 1. Osnovni pedagoški i didaktički principi u kondicijskom treningu sportaša 2. Osnovni metodički principi u kondicijskom treningu sportaša 3. Organizacijske i metodičke forme kondicijskog treninga sportaša 4. Lokaliteti, oprema i pomagala za kondicijski trening u sportskoj gimnastici 5. Organizacijski oblici kondicijske pripreme u sportskoj gimnastici 6. Klasifikacija metoda vježbanja za razvoj kondicijskih sposobnosti u sportskoj gimnastici 7. Metodika razvoja snage u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 8. Metodika razvoja brzine u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 9. Metodika razvoja izdržljivosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 10. Metodika razvoja fleksibilnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 11. Metodika razvoja koordinacije u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 12. Metodika razvoja agilnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 13. Metodika razvoja preciznosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 14. Metodika razvoja ravnoteže u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 15. Metodika razvoja aerobnih sposobnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 16. Metodika razvoja anaerobnih (glikolitičkih i fosfagenih) sposobnosti u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 17. Metodika razvoja snage u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 18. Metodika razvoja brzine u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 19. Metodika razvoja izdržljivosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 20. Metodika razvoja fleksibilnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 21. Metodika razvoja koordinacije u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 22. Metodika razvoja agilnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 23. Metodika razvoja preciznosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 24. Metodika razvoja ravnoteže u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 25. Metodika razvoja aerobnih sposobnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 26. Metodika razvoja anaerobnih (glikolitičkih i fosfagenih) sposobnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 27. Metodika razvoja i održavanja morfoloških obilježja sportaša u sportskoj gimnastici

	28. Kontrola kondicijske pripremljenosti sportaša					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	25%	2	Pohađanje nastave	12,5%	1
	Usmeni ispit	50%	3	Seminarski rad	12,5%	1
	ukupno				**7.0 ECTS**	
Obvezna literatura	Živčić, K. (2007). Akrobatska abeceda u sportskoj gimnastici. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. Živčić, K., Krističević, T. (2008). Specifične pripremne vježbi u akrobatici. Kondicijski trening. 6, 1: 22-29. Živčić Marković, Kamenka Maja Vukelja; Danijela Šeparović. (2012). Specifična kondicijska priprema gimnastičkog stoja na rukama. Ur. Jukić, Igor. Zagreb : Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Udruga kondicijskih trenera Hrvatske, 458-463. 10					
Dopunska literatura	1. Novak, D., Kovač, M., Čuk, I. (2008). Gimnastična abeceda. Ljubljana: Fakulteta za šport Univerze v Ljubljani. 2. Živčić, Kamenka; Matković, Bramka, Trajkovski Biljana (1999). Ozljede u sportskoj gimnastici.Hrvatski sportsko medicinski vjesnik. 14 (1999) , 2-3; 73-77. 3. Živčić, Kamenka; Bohaček, Ines; Havelka – Rađenović, Erna (2004). Vrednovanje elemenata tehnike u sportskoj gimnastici na osnovi relevantnih parametara za procjenu njihove efikasnosti. Ur. Findak, V., Zbornik radova 13. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske, (483-486).					
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa					

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U SPORTSKOJ GIMNASTICI I (146440)

nositeljica predmeta		**prof. dr. sc. Kamenka Živčić Marković**	
kancelarija		175	
konzultacije		ponedjeljkom od 12.30	
e-mail		kamenka.zivcic@kif.hr	
telefon			
nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomislav Krističević**	
kancelarija		dekanat	
konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		tomislav.kristicevic@kif.hr	
telefon			
nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Željko Hraski**	
kancelarija		174	
konzultacije		utorkom od 9.00 do 10.00 sati	
e-mail		zeljko.hraski@kif.hr	
telefon		+38513658774	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	0.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	30 (30V)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Sudjelovati u praćenju i provedbi dijagnostičkih postupaka sportaša i rekreativaca u okviru svoje specijalnosti - Sudjelovanje u metodičkom oblikovanju trenažnoga rada za razvoj bazičnih i specifičnih sposobnosti i osobina - Sudjelovanje u metodičkom oblikovanju trenažnoga rada za stjecanje motoričkih znanja		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Praćenje oglednih treninga koje provode treneri specijalisti (10V) - Praćenje i registracija parametara trenažnog rada u sportskim klubovima, fitnes centrima i centrima za kondicijsku pripremu i rekreacijskim centrima (10V) - Pomaganje, asistiranje u procesu sportske pripreme djece i mladih sportaša (10V)		
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci		
Praćenje rada studenata	Praktični rad	100%	
	ukupno		**0.0 ECTS**
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.		

SMJER – TENIS – II. SEM

Šifra predmeta	PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
146441	Povijest, pravila i organizacija tenisa	izv.prof.dr.sc. Petar Barbaros	30			3
146442	Kineziološka analiza tenisa	izv.prof.dr.sc. Petar Barbaros	45	5	40	9
146443	Antropološka analiza u tenisu	izv.prof.dr.sc. Petar Barbaros	30	15		5
146444	Metodika tenisa 1	izv.prof.dr.sc. Petar Barbaros	30		30	7
146445	Stručno-trenerska praksa tenisa 1	izv.prof.dr.sc. Petar Barbaros			30	
		UKUPNO	**135**	**20**	**100**	**24**

POVIJEST, PRAVILA I ORGANIZACIJA TENISA (146441)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Petar Barbaros**	
kancelarija		43	
konzultacije		utorkom od 11.00 do 13.00 ili prema dogovoru e-mailom	
e-mail		petar.barbaros.tudor@kif.hr	
telefon		+38513658643	
vanjski suradnik		**Dubravko Lipnjak, dipl. ing.**	
e-mail		dubravko.lipnjak@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	30(30P)	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s činjenicama kako se tenis razvijao kroz povijest, upoznati ih s nastankom i razvojem teniskih pravila, aktualnim pravilima i njihovom tumačenju te načinu funkcioniranja međunarodnih i nacionalnog teniskog saveza koji promiču i upravljaju svim aktivnostima u tenisu.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će se upoznati s okolnostima koje su dovele do nastanka teniske igre i onim čimbenicima koje su uzrokovale njeno širenje u Svijetu i Hrvatskoj. Navedene informacije bitne su u edukaciji studenata, a značajne su i za daljnju promidžbu teniskog sporta. Studenti će nakon apsolviranja ovog predmeta imati detaljan uvid u važeća pravila tenisa te moći iste primjenjivati. Studenti će steći uvid u ustrojstvo Hrvatskog teniskog saveza, a važne su za djelokrug rada trenera tenisa po svim strukturnim razinama: udruga trenera, teniski klub, gradski ili županijski teniski savez, Hrvatski teniski savez, Hrvatski olimpijski odbor i svjetska teniska federacija, ATP, WTA i td.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će posjedovati visoku razinu znanja u sljedećim segmentima ovoga predmeta : 1. Okolnosti koje su dovele do nastanka teniske igre 2. Povijesne činjenice koje su uzrokovale formiranje pravila u teniskoj igri kao i u one koje su poticale njihove promjenei/ili nadgradnju 3. Način širenja i popularizacije teniskog sporta 4. Dosadašnji razvoj tenisa 5. Ustrojstvo teniskih organizacija nadležnih za razvoj tenisa kao sporta u Hrvatskoj i Svijetu		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja 1. Postanak tenisa i formiranje prvih teniskih organizacija (2P) 2. Razvoj i raširenost teniske igre u Hrvatskoj i Svijetu (2P) 3. Svjetska i europska prvenstva različitih dobnih kategorija (2P) 4. Ostala međunarodna natjecanja (2P) 5. Sudjelovanja hrvatskih tenisača na međunarodnim natjecanjima(2P) 6. Ustrojstvo tenisa u Hrvatskoj i suradnja s međunarodnim organizacijama (2P) 7. Hrvatski olimpijski odbor (2P) 8. Nacionalni sportski savez: statut, pravilnici i djelokrug rada pojedinih odbora, savjeta i povjerenstava (2P) 9. Sudačka organizacija (2P) 10. Udruga teniskih trenera (2P) 11. Sportski klub - ustrojstvo i upravljanje(2P) 12. Pravila teniske igre (2P)		

	13. Suđenje pojedinačne igre (2P) 14. Posebnosti suđenja igre parova (2P) 15. Službeno osoblje (1P) 16. Utjecaj pravila na unaprjeđenje tenisake igre (1P)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	Pismeni ispit	33%	1	Istraživanje	17%	0,5
	Pohađanje nastave	17%	0,5	Usmeni ispit	33%	1
				ukupno	**3.0 ECTS**	
Obvezna literatura	HTS/ITF http://www.hts.hr/sekcije-udruge/pravilnici-papiri/rules-of-tennis HTS/ITF http://www.hts.hr/sekcije-udruge/pravilnici-papiri/ duties& procedures ATP Tour http://www.atpworldtour.com/corporate/Rule book					
Dopunska literatura	WTA Tour http://www.wtatennis.com/Aboutus/WTARule					
Način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje razine naučenosti programskih sadržaja predmeta Istraživački rad tijekom trajanja studija (praćenje suđenja nekoliko teniskih susreta) Anonimna studentska anketa					

KINEZIOLOŠKA ANALIZA TENISA (146442)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Petar Barbaros**	
kancelarija		43	
konzultacije		utorkom od 11.00 do 13.00 ili prema dogovoru e-mailom	
e-mail		petar.barbaros.tudor@kif.hr	
telefon		+38513658643	
vanjski suradnik		**prof. dr. sc. Aleš Filipčić**	
e-mail		ales.filipcic@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	9.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	90(45P+5S+40V)	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Kineziološka analiza tenisa ima za cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za strukturne i biomehaničke karakteristike svih faza i podfaza elemanata teniske tehnike i igre.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Kineziološka analiza tenisa studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za analizu teniske igre u svim dobnim kategorijama natjecateljskog i rekreacijskog tenisa.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o: - tipičnim načinima provođenja strukturalne analize teniske igre - tipičnim načinima provođenja strukturalne analize situacijskih parametara u tenisu - kinetičkim karakteristikama pojedinih elemenata teniske igre - važnosti funkcionalnih sposobnosti u tenisu - anatomskim karakteristikama motoričke izvedbe u tenisu - karakteristikama tenisa prema njegovoj strukturnoj složenosti - karakteristikama teniske igre obzirom na dominaciju pojedinih energetskih procesa - notacijski programi i analize u tenisu		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja, seminari i vježbe 1. Strukturalna analiza teniske igre po rodnim i dobnim kategorijama (4P+4V) 2. Biomehanička analiza teniske igre (4P+4V) 3. Analiza teniske igre prema dominaciji energetskih procesa po rodnim i dobnim kategorijama (4P+4V) 4. Registracija i analiza biomehaničkih pokazatelja uspješnosti u tenisu po rodnim i dobnim kategorijama (5P+5S) 5. Analiza struktura, podstruktura i strukturnih jedinica teniske tehnike po rodnim i dobnim kategorijama (6P + 6V) 6. Strukturalna analiza pojedinih faza teniske tehnike po rodnim i dobnim kategorijama (6P + 6V) 7. Analiza struktura, podstruktura i strukturnih elemenata teniske taktike po rodnim i dobnim kategorijama (6P + 6V) 8. Strukturalna analiza izvedbe taktičkih elemenata u tenisu po rodnim i dobnim kategorijama (6P + 6V)		

	9. Komparativna analiza izvedbe tehničkih elemenata tenisača i tenisačica različite dobi i razine natjecanja(2P+2V) 10. Komparativna analiza izvedbe taktičkih elemenata tenisača i tenisačica različite dobi i razine natjecanja (2P+2V)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	11%	1	Usmeni ispit	34%	3
	Pismeni ispit	11%	1	Praktični rad	39%	3,5
	Seminarski rad	5%	0,5			
				ukupno	**9.0 ECTS**	
Obvezna literatura	Flilipćić, A. (2007). Kineziološka analiza tenisa. Skriptirani materijal. Filipčić, Aleš, Filipčić, Tjaša. Tenis: učenje. Dopolnjena izd. Ljubljana:Fakulteta za šport, Inštitut za šport, 2003. 159 str., ilustr. ISBN961-6405-48-9. Cross, R. & Lindsey, C. (2005). Technical Tennis, Vista: Racquet Tech Publishing.					
Dopunska literatura	1. Bordy, H., Cross, R. & Lindsey, C. (2002). The Physics and Technology of Tennis, Solana Beach: Racquet TechPublishing. 2. Filipčić, Aleš. Tenis: treniranje. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitutza šport, 2002. 212 str., ilustr., tabele. ISBN961-6405-12-8. 3. Predavanja na web stranici: http://www.aftennis.si/AFTENNIS,predavanja.htm					
Način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje razina naučenosti programskih sadržaja predmeta Samostalno snimanje i pisana analiza zadanih elemenata tehnike Istraživački rad tijekom trajanja studija Anonimna studentska anketa					

ANTROPOLOŠKA ANALIZA U TENISU (146443)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Petar Barbaros**	
kancelarija		43	
konzultacije		utorkom od 11.00 do 13.00 ili prema dogovoru e-mailom	
e-mail		petar.barbaros.tudor@kif.hr	
telefon		+38513658643	
nastavnik		**doc. dr. sc. Dario Novak**	
kancelarija			
konzultacije			
e-mail		dario.novak@kif.hr	
telefon			
vanjski suradnik		**prof. dr. sc. Aleš Filipčić**	
e-mail		ales.filipcic@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	45(30P+15S)	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Antropološka analiza tenisa ima za cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za važnost antropoloških karakteristika natjecatelja svih dobnih kategorija u tenisu.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Antropološka analiza tenisa studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za definiranje važnosti antropoloških karakteristikama i sposobnosti u svim fazama bavljenja natjecateljskim tenisom kao i bavljenjem sportom u svrhu sportske rekreacije.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o: - antropološkim karakteristikama tenisača različite dobi, spola i natjecateljske kvalitete - utjecaju različitih antropoloških obilježja na uspješnost u tenisu - psihološkim karakteristikama igrača te utjecaju psihološke i sociološke komponente na postizanju rezultata u tenisu. - međusobnoj povezanosti antropoloških karakteristika i sposobnosti - međusobnoj povezanosti antropoloških karakteristika i specifičnih motoričkih znanja - strukturi i relaciji karakteristika, sposobnosti, osobina i znanja - modalnim vrijednostima vrhunskih sportaša u tenisu - utjecaju teniske igre na razvoj i održavanje različitih antropoloških obilježja u različitim dobnim skupinama sportaša i rekreativaca		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Specifične antropološke karakteristike kod tenisača različitog spola i dobi (3P + 1S) 2. Utjecaj različitih antropoloških obilježja na uspješnost u tenisu (2P + 1S) 3. Povezanost antropoloških karakteristika i specifičnih tehničkih i taktičkih motoričkih znanja tenisača i tenisačica (3P +2S) 4. Modelne karakteristike treniranosti u tenisu (2P + 2S) 5. Povezanost antropometrijskih obilježja sportaša s uspješnošću u tenisu (3P + 1S) 6. Povezanost funkcionalnih sposobnosti sportaša s uspješnošću u tenisu (3P + 1S) 7. Povezanost motoričkih sposobnosti sportaša s uspješnošću u tenisu (3P + 1S)		

	8. Povezanost kognitivnih sposobnosti i konativnih obilježja igrača s uspješnošću u tenisu (3P + 1S) 9. Sociološke komponente i razvoj tenisača (2P + 1S) 10. Upoznavanje sa specifičnim testovima za procjenu stanja treniranosti (2P + 1S) 11. Suradnja stručnog tima (trener - kineziolog, psiholog, sociolog, liječnik) u procjeni i vrednovanju treniranosti u tenisu (2P + 1S) 12. Utjecaj sporta na razvoj i održavanje različitih antropoloških obilježja mlađih dobnih kategorija (2P + 2S)
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci

Praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	20%	1	Usmeni ispit	40%	2
	Pismeni ispit	20%	1	Seminarski rad	20%	1
				ukupno	**5.0 ECTS**	

Obvezna literatura	Barbaros Tudor, P. (2007). Antrpološka analiza tenisa. Skriptirani materijal. Barbaros Tudor, P. (2008). Fiziološko opterećenje tenisača pri susretima na različitim podlogama (Doktorska disertacija), Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. (Mentor: prof. dr. sc. Branka Matković). Novak, D., Barbaros-Tudor, P., Matković, B. (2006). Relacije funkcionalnih sposobnosti i natjecateljske uspješnosti tenisača uzrasta 12 do 14 godina. Hrvatski športsko medicinski vjesnik, 21 (1), 26-31.
Dopunska literatura	1. Crespo, M. i Miley, D. (2009). Priručnik za teniske trenere. Zagreb: Hrvatski teniski savez. 2. Crespo, M., Granito, G. i Miley, D. (2002). Razvoj mladih tenisača. London: ITF Ltd. 3. Barbaros Tudor, P., Matković, A. (2008). Morphological differences between dominant and non-dominant body sides in croatian tennis players. In D. Milanović & F. Prot (Eds.), Proceedings Book of 5th International Scientific Conference on Kinesiology „Kinesiology research trends and applications“, (pp. 149-151). Zagreb: Kineziološki fakultet.
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje naučenosti programskih sadržaja Seminarski rad (Usporedna analiza odabrane strukture gibanja i i aktivacija segmenata lokomotornoga sustava) Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

METODIKA U TENISU I. (146443)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Petar Barbaros**	
kancelarija		43	
konzultacije		utorkom od 11.00 do 13.00 ili prema dogovoru e-mailom	
e-mail		petar.barbaros.tudor@kif.hr	
telefon		+38513658643	
nastavnik		**doc. dr. sc. Dario Novak**	
kancelarija			
konzultacije			
e-mail		dario.novak@kif.hr	
telefon			
vanjski suradnik		**prof. dr. sc. Boris Neljak**	
e-mail		boris.neljak@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	60(30P+30V)	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Prvi cilj predmeta je omogućiti studentima usvajanje temeljnih teorijskih i praktičnih znanja o iz metodike treninga u tenisu. Drugi cilj predmeta jest upoznati studente sa zakonitostima upravljanja trenažnim procesom u svrhu razvoja bazičnih i specifičnih kondicijskih sposobnosti.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Nakon apsolviranja predmeta studenti će biti osposobljeni za pripremu, provedbu i kontrolu trenažnog procesa kod svih natjecateljskih kategorija.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o - Teorijska i praktična znanja poučavanja u tenisu - Napredno i situacijsko poučavanje tehničkih elemenata u tenisu - Proces unaprjeđenja elemenata tehnike tenisa - Važnosti motoričkih sposobnosti (koordinacija, ravnoteža, preciznost) u teniskoj igri - Utjecaju bazičnih i specifičnih funkcionalnih sposobnosti na uspjeh u tenisu - Metodici razvoja bazičnih i specifičnih motoričkih sposobnosti - Metodici razvoja bazičnih i specifičnih funkcionalnih sposobnosti		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (svaka se nastavna tema obrađuje 1P+1V osim tema pod red.br. 2 i 28. koje se obrađuju 2P+2V)) 1. Teorijske osnove učenja i poučavanja u tenisu 2. Početno poučavanje tehničkih elemenata u tenisu 3. Faze učenja i poučavanja tehničkih elemenata u tenisu 4. Napredno poučavanje tehničkih elemenata u tenisu 5. Situacijsko usavršavanje tehničkih elemenata u tenisu 6. Principi učenja i poučavanja u tenisu – individualizacija 7. Proces poučavanja u tenisu: opis i objašnjenje strukturnih, biomehaničkih i anatomskih obilježja motoričkog zadatka 8. Proces poučavanja u tenisu: demonstracija motoričkog zadatka		

	9. Proces poučavanja u tenisu: vrednovanje motoričke izvedbe - uočavanje motoričkih pogrešaka (uzroci i posljedice) 10. Proces poučavanja u tenisu: motoričke pogreške u izvedbi motoričkog zadatka - strukturni i biomehanički pristup 11. Proces poučavanja u tenisu: ispravljanje motoričkih pogrešaka 12. Proces poučavanja u tenisu: završna kontrola pravilnosti izvedbe motoričkog zadatka 13. Proces unaprjeđenja osnovnih elemenata tehnike tenisa 14. Proces unaprjeđenja specifičnih elemenata tehnike tenisa 15. Klasifikacija metoda vježbanja za razvoj kondicijskih sposobnosti u tenisu 16. Metodika razvoja snage u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi 17. Metodika razvoja brzine u općoj i bazičnoj kondicijskoj pripremi					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	12,5%	1	Usmeni ispit	50%	3
	Pismeni ispit	25%	2	Seminarski rad	12,5%	1
				ukupno	**7.0 ECTS**	
Obvezna literatura	Dugandžić, M. (2009) Osnove metodike poduke i treninga teniske igre. Skriptirani materijal. Humić, I. (2008) Metodika teniskog treninga. Skriptirani materijal. Novak, D. (2012). Metodika kondicijske pripreme u tenisu. Interni skriptirani materjal. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.					
Dopunska literatura	1. Antekolović, Lj. (2005). Osnove kondicijskog treninga u tenisu. Interni skriptirani materjal. Društveno veleučilište uZagrebu. 2. Neljak, B., Dugandžić, M., Barbaros Tudor, P. (2010). Motoričko kondicijski razvoj mladih tenisača na teniskom terenu. Zbornik radova 8. godišnje godišnje međunarodne konferencije „Kondicijska priprema sportaša“. Zagreb, Hrvatska, str. 165-168. 3. Filipčić, Aleš, Filipčić, Tjaša. Tenis: učenje. Dopolnjena izd. Ljubljana:Fakulteta za šport, Inštitut za šport, 2003. 159 str., ilustr. ISBN961-6405-48-9. 4. Crespo, M. i Miley, D. (2009). Priručnik za teniske trenere. Zagreb: Hrvatski teniski savez.					
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa					

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U TENISU I. (146444)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Petar Barbaros**	
kancelarija		43	
konzultacije		utorkom od 11.00 do 13.00 ili prema dogovoru e-mailom	
e-mail		petar.barbaros.tudor@kif.hr	
telefon		+38513658643	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	0.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	30(30V)	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Sudjelovati u praćenju i provedbi dijagnostičkih postupaka sportaša i rekreativaca u okviru svoje specijalnosti - Sudjelovanje u metodičkom oblikovanju trenažnoga rada za razvoj bazičnih i specifičnih sposobnosti i osobina - Sudjelovanje u metodičkom oblikovanju trenažnoga rada za stjecanje motoričkih znanja		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Praćenje oglednih treninga koje provode treneri specijalisti (10V) - Praćenje i registracija parametara trenažnog rada u sportskim klubovima, fitnes centrima i centrima za kondicijsku pripremu i rekreacijskim centrima (10V) - Pomaganje, asistiranje u procesu sportske pripreme djece i mladih sportaša (10V)		
Obveze studenata	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.		
Praćenje rada studenata	Praktični rad	100%	
	ukupno		**0.0 ECTS**
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.		

IZBORNI PREDMETI/SPORTOVI – II. SEM

Šifra predmeta	IZBORNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
	Izborni predmet I		15	15	0	2
	Izborni predmet/sport I		9	18	18	3
		UKUPNO	**24**	**33**	**18**	**5**
Smjer KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA						
	Izborni predmet I		15	15	0	2
	Izborni predmet/sport I		9	18	18	3
	Izborni predmet/sport II		9	18	18	3
		UKUPNO	**33**	**51**	**36**	**8**
Smjer FITNES						
	Izborni predmet I		15	15	0	2
	Izborni predmet II		15	15	0	2
	Izborni predmet/sport I		9	18	18	3
		UKUPNO	**39**	**48**	**18**	**7**
Smjer SPORTSKA REKREACIJA						
	Izborni predmet I		15	15	0	2
	Izborni predmet II		15	15	0	2
	Izborni predmet/sport I		9	18	18	3
		UKUPNO	**39**	**48**	**18**	**7**

IZBORNI PREDMETI – II. SEM

Šifra predmeta	IZBORNI PREDMETI	NOSITELJI	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
150231	Kineziološka orijentacija i selekcija	prof. dr. sc. Goran Sporiš, izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić	30	0	0	2
89433	Kineziterapija- ne za studente Sportske rekreacije	izv. prof. dr. sc. Tatjana Trošt Bobić izv.prof. dr. sc. Lidija Petrinović	15	0	15	2
89434	Komunikologija u sportu	izv. prof. dr. sc. Sunčica Bartoluci	15	15	0	2
123602	Kultura javnog govorenja	doc. dr. sc. Diana Tomić	15	15	0	2
172740	Sport i pravo	prof. dr. sc. Siniša Petrović, prof. dr. sc. Mario Baić, prof. dr. sc. Igor Gliha	30	0	0	2
150236	Sport u europskim državama	izv. prof. dr. sc. Zrinko Čustonja	15	15	0	2
150238	Sportsko-rekreacijski programi u prirodi	izv. prof. dr. sc. Drena Trkulja-Petković	14	0	16	2
117524	Wellness	izv. prof. dr. sc. Danijel Jurakić	15	0	15	2
150239	Život u prirodi i vještina preživljavanja	izv. prof. dr. sc. Dražen Harasin	15	15	0	2

*Izborni predmet: *Kineziterapija* nije u mogućnosti odabira za smjer Sportska Rekreacija
broj izbornih predmeta koje upisuju u II. sem: KPS= 1, SPORT=1, FITNES=2; SP. REKREACIJA=2

KINEZIOLOŠKA ORIJENTACIJA I SELEKCIJA (150231)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Goran Sporiš**	
kancelarija		39	
konzultacije		utorkom od 14.00 do 15.00 sati	
e-mail		goran.sporis@kif.hr	
telefon			
nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić**	
kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 7)	
konzultacije		Konzultacije se održavaju svaku srijedu u 9:00.	
e-mail		vlatko.vucetic@kif.hr	
telefon			
Nastavnik		**dr. sc. Jere Gulin, pred.**	
Kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 8)	
Konzultacije		Uz prethodni dogovor e-mailom	
e-mail		jere.gulin@kif.hr	
Telefon			
Vanjski suradnik		Ivan Lulić, mag. cin.	
e-mail		ivan.lulic@kif.hr	
Vanjski suradnik		Matej Martinko, mag. cin.	
e-mail		matej.martinko@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	izborni predmet
Semestar	II, IV, VI	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	30 (30P) Izvedbeni sati 15P*	očekivani broj studenata na predmetu	60
ciljevi predmeta	Usvanje osnovnih teorijskih i praktičnih znanja o formalnim modelima i postupcima orijentacije i selekcije, zasnovanima na pretpostavkama o multivarijatnim relacijama varijabli koje su temelj orijentacijskih ili selekcijskih procedura.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	- Koncepcija modela orijentacije i selekcije. - Prediktorski i kriterijski sustavi: sustav bazičnih antropoloških karakteristika, mjere postignuća, kriterijske varijable. - Formalni modeli usmjeravanja i izbora: diskriminacija grupa, klasifikacijske procedure, prepoznavanje uzoraka, jednadžba specifikacije, selekcijske procedure. - Organizacija usmjeravanja i izbora: kriterijski sustav, sustav za procjenu bazičnih antropoloških karakteristika, situacijski testovi i definicije mjera postignuća, registracija i evidencija sportskih rezultata. - Svojstva programske podrške i informacijskog okruženja za procedure usmjeravanja i izbora.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Specifične kompetencije: Primijenjeniti znanja o formalnim modelima i praktičnim postupcima orijentacije i selekcije, zasnovanima na pretpostavkama o multivarijantnim relacijama varijabli koje su temelj orijentacijskih ili selekcijskih procedura za odabrani sport. Opće kompetencije:		

	Znanje studenata o formalnim modelima i postupcima orijentacije i selekcije, zasnovanima na pretpostavkama o multivarijantnim relacijama varijabli koje su temelj orijentacijskih ili selekcijskih procedura.					
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja (svaka se tema obrađuje 2 nastavna sata) 1. Problemi orijetacije i selekcije u primijenjenoj kineziologiji 2. Samosvojsnost i interdisciplinarnost i problema orijentacije i selekcije u praksi 3. Izobrazba i kvalifikacija i organizacijske forme djelovanja u područjima kineziološke orijentacije i selekcije 4. Konceptualne razlike između usmjeravanja (orijentacije) i izbora (selekcije) 5. Formalni modeli usmjeravanja i izbora (diskriminacija, klasifikacija i prepoznavanje uzoraka) 6. Formalni modeli usmjeravanja i izbora (jednadžba specifikacije i selekcijske procedure, regresijski i kanonički pristup) 7. Kriterijski sustavi					
Obveze studenata						
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	25%	0.5	referat	25%	0.5
	usmeni ispit	25%	0.5	praktični rad	25%	0.5
				ukupno	**2.0 ECTS**	
Obvezna literatura	1. Cook, M. (2004). Personnel Selection. 4thedition. John Willey and Sons ltd. 2. Talović, M., Fiorentini, F., Sporiš, G., Jelešković, E., Ujević, B., Jovanović, M. (2011). Notacijska analiza u nogometu. Sarajevo: Fakultet sporta i tjelesnog odgoja, Sveučilišta u Sarajevu. 3. Malina R. M. (2005) Talent Identification and Selection in Sport.					
Dopunska literatura	1. Jovanović, M., Sporiš, G., Omrčen, D., Fiorentini, F. (2011). Effects Of Saq Training Method On Power Performance In Elite Soccer Players. The Journal of Strength and Conditioning Research. 25 (2011) , 5; 1285-1292. 2. Sporiš, G., Jukić, I., Ostojić, S. M., Milanović, D. (2009). Fitness Profiling in Soccer: Physical and Physiologic Characteristics of Elite Players. The Journal of Strength & Conditioning Research. 23 (2009) , 7; 1947-1953. 3. Sporiš, G., Ružić, L., Leko, G. (2008). The anaerobic endurance of elite soccer players improved following a high intensity interval training intervention in the 8-week conditioning program. Journal of Strength and Conditioning Research. 22 (2008) , 2; 559-566					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					

KINEZITERAPIJA (89433)

nositeljica predmeta		**izv. prof. dr. sc. Lidija Petrinović**	
kancelarija		202	
konzultacije		srijedom 10:00-12:00 sati	
e-mail		lidija.petrinovic@kif.hr	
telefon		+38513658609	
nositeljica predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tatjana Trošt Bobić**	
kancelarija		202	
konzultacije		četvrtkom od 11:00-12:00 ili prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		tatjana.trost-bobic@kif.hr	
telefon		+38513658659	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	izborni
semestar	II, IV, VI	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica + dvorana		
način izvođenja nastave	30(15P+15V) Izvedbeni sati: 15P*	očekivani broj studenata na predmetu	60
ciljevi predmeta	Osposobiti studente za razumijevanje osnovnih postavki o insuficijentnim stanjima lokomotornog sustava, te usvajanje teorijskih i metodičkih znanja potrebnih za planiranje, programiranje kineziterapijskih postupaka.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Kineziterapija omogućuje studentima znanja o insuficijentnosti lokomotornog sustava. - Identificirati i analizirati značajke oslabljenih skupina mišića - Objasniti zakonitosti programiranja u kineziterapiji.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	U oblikovanju ishoda učenja kineziterapije, polazeći od utvrđenih zadaća ovog nastavnog predmeta studenti će moći definirati i analizirati: - metode utvrđivanja oslabljene muskulature kroz određene pokrete i testove - način planiranja i programiranja ciljanih kineziterapijskih procedura - dijagnostiku određenih insuficijentnih stanja pojedinih mišića		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Kineziterapija: Temeljna područja predmeta; Definicije, povijest kineziterapije, razvoj kineziterapije. (1P) 2. Osnovne postavke dijagnostike i pregled rehabilitacijskih postupaka kod spuštenog stopala, deformacija stopala Biomehanika stopala, Metode utvrđivanja statusa stopala (2P+2V) 3. Osnovne postavke dijagnostike i pregled rehabilitacijskih postupaka kod deformacija u području koljena; genua valga, genua vara, genua recurvata. (2P+2V) 4. Mehanizmi ozljeđivanja i osnove rehabilitacijskih postupaka kod ozljede koljena (1V) 5. Osnovne postavke dijagnostike i pregled rehabilitacijskih postupaka kod prirođene dislokacije kuka (2P+2V) 6. Osnovne postavke dijagnostike i pregled rehabilitacijskih postupaka kod skolioze i skoliotičnog lošeg držanje (2P+2V) 7. Osnovne postavke dijagnostike i pregled rehabilitacijskih postupaka kod kifoze, kifotičnog lošeg držanja, lordoze i lordotičnog lošeg držanja (2P+2V)		

	8. Osnovne postavke dijagnostike i pregled rehabilitacijskih postupaka kod deformacija prsnog koša: pectus carrinatum, pectus planum, pectus excavatum (2P+2V) 9. Osnovne postavke dijagnostike i pregled rehabilitacijskih postupaka kod deformacije torticolis (2P+2V)				
obveze studenata					
praćenje rada studenata	Usmeni ispit	100%	2	ukupno	**2.0 ECTS**
obvezna literatura	Kosinac, Z. (1992). Nepravilna tjelesna držanja djece i omladine: Simptomi, prevencija i vježbe. Split: Fakultet prirodoslovno matematičkih znanosti i odgojnih područja u Splitu; Zavod za fizičku kulturu. Kosinac, Z. (2002). Kineziterapija sustava za kretanje. (Udžbenik). Split: Sveučilište u Splitu.				
dopunska literatura	1. Cvjetičanin, M. (1993). Priručnik o stopalu. I. Izdanje. Samobor:TIP «A.G.Matoš»d.d. 2. Ciliga, D., Petrinović Zekan, L. (2008). Stanje i perspektiva razvoja u području kineziterapije. U: M. Zbornik radova međunarodne znanstveno-stručne konferencije „17. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske", 2008 (str. 66-71). Zagreb: Hrvatski kineziološki savez. 3. Petrinović Zekan, L., Ciliga, D., Trošt Bobić, T. (2010). Individualizacija rada u području kineziterapije. U B. Neljak (ur.), Zbornik radova 19. Ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske „Individualizacija rada u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije", Poreč, 2010. (str.55-60). Zagreb: Hrvatski kineziološki savez. 4. Ciliga, D. , Trošt Bobić, T., Petrinović Zekan, L. (2009). Metodički organizacijski oblici rada u kineziterapiji. U B. Neljak (ur.), Zbornik radova 18. Ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske „Metodički organizacijski oblici rada u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije", Poreč, 2009. (str.29-37). Zagreb: Hrvatski kineziološki savez.				
način praćenja kvalitete	Anketni upitnik za studente o uspješnosti predavanja i vježbi.				

KULTURA JAVNOG GOVORENJA (123602)

nositeljica predmeta		**doc. dr. sc. Diana Tomić**	
konzultacije		prema dogovoru mailom	
e-mail		diana.tomic@kif.hr ; dtomic@ffzg.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	izborni
Semestar	II, IV, VI	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) (S) predavaonica P3		
način izvođenja nastave	30 (15P + 15S) Izvedbeni sati 15P*	očekivani broj studenata na predmetu	60
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je uvid studenata u govorničku teoriju te osviještenost potrebe za govorničkim vještinama. Cilj je potaknuti studente da počnu razvijati govorničke vještine kako bi postali uspješniji kineziolozi (predavači, treneri itd.). Studenti stječu praktična znanja koja im pomažu da postanu vješti u iznošenju i obrazlaganju vlastitih stavova, ali i u kritičkom slušanju svojih sugovornika.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	- Razumjeti razliku između javnog i privatnog govorenja; - osloboditi se straha i treme; - naučiti pripremiti i oblikovati govor za javni nastup.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - razumjeti osnovne pojmove s područja retorike; - razlikovati različite retoričke oblike; - oblikovati tvrdnju i argumentirati je; - razviti aktivno slušanje govora; - osloboditi se straha i treme; - strukturirati govor (izlaganje): uvod, glavni dio i zaključak; - pripremiti izvedbu govora: impostirati glas, prilagoditi neverbalne znakove; - održati svečani prigodni govor; - pripremiti i izvesti debatu; - razumjeti i pripremiti motivacijski govor.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari (svaka se nastavna tema obrađuje 1P+1S) 1. Uvod u retoriku: određenje javnog govora, definicije retorike i početno dizajniranje govora Osvještavaju se različite vrste komunikacije, razlika između javnog i privatnog govorenja, definira retorika i određuju osnovne vrste govora. Uvodi se u monološke i dijaloške retoričke vrste. Razlažu se elementi početnog dizajniranja govora; tema, središnja misao, cilj govora, profil publike, strategije govora i opći uvjeti govora. 2. Uvježbavanje elemenata početnog dizajniranja govora, vježba središnjih misli i njihova provjera na temelju trivijalnosti i branjivosti 3. Slušanje govora i kompozicija govora Ukratko se objašnjavaju sastojci slušanja govora. Studenti osvještavaju važnost slušanja i povezuju ih s kvalitetnim sudjelovanjem u dijaloškim govornim vrstama. Objašnjava se		

	kompozicija govora (uvod, središnji dio, zaključak), pravila sastavljanja i svrha pojedinih dijelova govora. 4. Argumentacija Objašnjavaju se načini argumentiranja središnjih misli (atehnička i tehnička sredstva) kroz očitosti (činjenice, topose, autoritete) i logičko zaključivanje (indukcija, dedukcija, analogija). Studenti se upoznaju s najčešćim logičkim figurama; silogizam, entimem, sorit, analogija, definicija, razdioba. 5. Neverbalni znakovi Ističu se neverbalni znakovi važni za javno govorenje (pravilna gestikulacija, pogled, mimika, proksemija), a poseban naglasak stavlja se na glas i izgovor govornika. Objašnjavaju se pravila i ističu savjeti za dobru prezentaciju (držanje referata, predavanja ili prezentiranje projekata) te prednosti i nedostaci pojedinih tehničkih pomagala. 6. Vježbe za glas i izgovor, govorna izvedba, strah i trema Upoznavanje studenata sa spletom vježbi za glas i izgovor. Uvježbavanje govorne izvedbe na govorima studenata. Objašnjavanje uzroka straha i treme te načina kako ih ukloniti prije javnog nastupa. 7. Izvedba i snimanje trominutnih studentskih govora Studenti izvode trominutni govor. Osim izvedbe svoga govora studenti slušaju, prate i ocjenjuju govore svojih kolega prema kategorijama kompozicije, argumentacije i izvedbe. 8. Govornost: retoričke figure i modalni izrazi Objašnjavaju se i oprimjeruju retoričke figure: metafora, metonimija, usporedba, parafraza, anafora, klimaks, lajtmotiv, antimetabola. Objašnjavaju se funkcije modalnih izraza: fatička, sastavljanje, rastavljanje, impliciranje, pojačavanje, ublažavanje, subjektivnost. 9. Prigodni govori Govori se o različitim vrstama prigodnih govora te o njihovim specifičnim karakteristikama. Ističu se elementi važni za dobar prigodni govor (humor, figurativnost, slikovitost, bonton) te se obzirom na njihovo prisutstvo ili odsutstvo analiziraju različite vrste prigodnih govora (Oscar, Porin, Dodjela nagrade HOO, zdravice na vjenčanjima, komemorativni govori i sl.). 10. Izvedba i snimanje prigodnih govora Studenti izvode prigodne govore (bez bilježaka). Osim izvedbe svoga govora studenti slušaju, prate i ocjenjuju govore svojih kolega u kategorijama kompozicije (oslovljavanje, središnja priča i efektan kraj), stila (jezična pravilnost i figurativnost), govornosti (modalni izrazi), govorne izvedbe (ugodan glas primjerene glasnoće, jasan razumljiv izgovor) i primjerenih neverbalnih znakova. 11. Debata i retoričke smicalice Upoznavanje s različitim vrstama debata, pravilima debatiranja te ulogom voditelja i sudaca. Nazivi i primjeri najčešćih retoričkih smicalica koje se pojavljuju u debatama i raspravama (argumentum ad hominem, ad baculum, populizmi, ad misericordiam i sl.). 12. Vještine debatiranja Studenti će tijekom seminara izvesti debatu sa argumentacijom pripremljenom na najavljenu tezu (s područja sporta). 13..Uspješne prezentacije Cilj ovog seminara je proširiti gradivo usvojeno ranije na predavanjima u skladu s potrebama studenata KIF-a. Stoga se u sklopu neverbalnih znakova dodatno proučavaju pojedina tehnička pomagala s posebnim naglaskom na prezentacijama. 14. Motivacijski govori: priprema i izvedba

	Analiziraju se snimke motivacijskog govora (govor u uzbuđujućoj strategiji) budući da je ta vrsta često prisutna u svlačionicama te studenti pokušavaju improvizirati motivacijski govor pred sportskom ekipom prije važnog natjecanja. 15. Kolokvij i evaluacija					
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave i aktivno sudjelovanje, redovito izvršavanje zadaća i ostalih aktivnosti preko sustava za učenje na daljinu. Redovita priprema seminarskih zadataka.					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	0.2	kolokvij	50%	1
	seminarski rad	40%	0.8	ukupno	**2.0 ECTS**	
Obvezna literatura	1. Bartoluci, S., Tomić, D. (2010). Komunikacijska priprema trenera ili zašto i kako „trenirati“ komunikacijske vještine?. Kondicijski trening. 8 (1): 19-23. 2. Škarić, I. (2003). Temeljci suvremenoga govorništva. Zagreb: Školska knjiga. 3. Tomić, D. (2011). Nastavni materijali – skripta. Dostupni putem sustava za učenje na daljinu Merlin.					
Dopunska literatura	1. Bartoluci, S., Tomić, D. (2010). Aktivno slušanje – osnova komunikacijske pripreme sportaša. Kondicijski trening. 8 (2): 6-11. 2. Lucas, S. (2009). The Art of Public Speaking. New York: McGraw Hill. 3. Tomić, D. Kišiček, G. (2010). Stavovi hrvatskih sportaša i trenera o motivacijskim govorima. 8. međunarodni skup istraživanja govora. Zbornik sažetaka. 4. Zadro, I. (ur.) (1999). Glasoviti govori. Zagreb: Naklada Zadro.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					

KOMUNIKOLOGIJA U SPORTU (89434)

nositeljica predmeta		**izv. prof. dr. sc. Sunčica Bartoluci**	
kancelarija		141/1	
konzultacije		srijedom od 11:15-12:15 ili putem MS Teamsa	
e-mail		suncica.bartoluci@kif.hr	
telefon		+38513658608	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	obvezni
semestar	II, IV, VI	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	30 (15P+15S) Izvedbeni sati: 15P*	očekivani broj studenata na predmetu	40
ciljevi predmeta	Kod studenata osvijestiti važnost komunikacije kao ljudske djelatnosti s posebnim naglaskom na važnosti kineziologa kao komunikatora. Utvrđivanje veze stručnih i komunikacijskih kompetencija kineziologa kao temeljnog alata za profesionalni uspjeh. Upoznavanje studenata s važnošću i društvenim utjecajem medija te savladavanje tehnika za uspješniji javni i medijski nastup.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	- razumijevanje procesa komunikacije; - identificiranje i kritičko vrednovanje kvalitete različitih oblika komunikacije; - unaprijeđenje vlastitih komunikacijskih vještina u praksi; - razumijevanje odnosa s medijima.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - razumjeti komunikacijski fenomen i različite vrste komunikacije, - primijeniti usvojene tehnike aktivnog slušanja govora, smanjenja straha i treme i unaprjeđenja javnog nastupa na vlastita izlaganja, - razumjeti ulogu medija u kineziološkoj struci, - održati javno izlaganje stručnoj publici, - analizirati i procijeniti različite oblike verbalne i neverbalne poruke, - upotrebljavati materijale za e-učenje za dodatno razvijanje komunikacijskih vještina.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja (svaka tema se obrađuje 2 nastavna sata) 1. Uvod u kineziološku komunikologiju. Definiranje pojma komunikacije i komunikologije kao znanosti. Vrste komunikacije (intrapersonalna, interpersonalna, komunikacija u maloj grupi, javna komunikacija, masovna komunikacija). Temeljni pojmovi: komunikacija, komunikator, komunikolog, komunikologija. 2. Uloga i značaj kineziologa (profesora, sportaša, trenera, suca, sportskog menadžera, sportskog novinara) u procesu komunikacije . 3. Verbalna komunikacija. Tehnike govorne izvedbe s ciljem smanjenja straha i treme pred javni nastup. Vrste šumova u komunikacijskom kanalu. Paralingvistički i ekstra lingvistički znakovi u komunikaciji (glasnoća, tempo, intonacija, ritam, stanke; boja glasa; ostali oblici glasanja). 4. Neverbalna komunikacija. Govor tijela kao „oruđe“ kineziologa. Mimika, geste i prostor. 5. Slušanje kao komunikacijski fenomen: vrste neslušanja, aktivno slušanje, tehnike unaprijeđenja slušanja. „Silenzio stampa“ – medijska karantena. 6. Vještine javnog komuniciranja: vještine javnog nastupa, priprema, oblikovanje i izvedba. 7. Mediji i sport. Odnosni s javnošću (PR). Moralna panika.		

	8. Kolokvij i evaluacija kolegija Seminarska nastava prati predavanja te ih nadopunjuje i proširuje. Precizni sadržaj seminarske nastave oblikovat će se za svaku akademsku godinu posebno ovisno o aktualnostima u javnom životu. Temeljni okvir seminara (kao i kod predavanja, jedna natuknica se provodi tijekom dva sata nastave): 1. Važnost komunikacije na području kineziologije: u sportu, edukaciji i rekreaciji. Isticanje veze između stručnih znanja i vještine prenošenja tih znanja u sklopu komunikacijskog procesa. 2. Kineziolog – komunikator: određenje komunikacijskih situacija i komunikoloških problema s kojima se susreću kineziolozi u praksi. Seminarski zadatak: Analiza prikupljenih studentskih primjera i rasprava o pročitanoj literaturi. 3. Seminarski zadatak: snimanje video primjera studenata u različitim komunikacijskim situacijama (individualno i grupno), analiza verbalne poruke i savjeti za njeno unaprjeđenje. 4. Seminarski zadatak: analiza različitih razina neverbalne komunikacije na primjerima iz struke (case – study). Studentska izlaganja. 5. Trening aktivnog slušanja: test vještine slušanja, analiza rezultata, primjena naučenih tehnika aktivnog slušanja. 6. Seminarski zadatak: uvježbavanje tehnika savladavanja treme i govorne izvedbe kao priprema za javni nastup. Studentska izlaganja. 7. Seminarski zadatak: analiza iste vijesti s područja sporta u različitim medijima: pisani mediji, radio (lokalni i nacionalni), televizija (prenošenje na različitim televizijskim kućama) i internetski izvori, s posebnim naglaskom na društvenu ulogu medija i kineziologa kao aktera u svijetu medija. Analiza uzroka fenomena silenzio stampa i uzroka stvaranja medijske (moralne) panike. Studentska izlaganja.
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave i aktivno sudjelovanje u raspravama na satu, sudjelovanje u radu putem sustava za e-učenje, izvršavanje zadaća (prikupljanje materijala i priprema izlaganja) individualno i grupno.

praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	0.2	kolokvij	50%	1
	seminasrki rad	20%	0,4	Prikupljanje materijala	20%	0,4
				ukupno	**2 ECTS**	

obvezna literatura	1. Bartoluci, S. (2010). Komunikološka priprema sportaša. u: Jukić, I., Gregov, C., Šalaj, S., Milanović, L., Bobić-Trošt, T. (ur.) Zbornik radova 8. međunarodne konferencije „Kondicijska priprema sportaša: Trening brzine, agilnosti i eksplozivnosti“. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Udruga kondicijskih trenera Hrvatske. 563-565. 2. Bartoluci, S., Tomić, D. (2010). Aktivno slušanje – osnova komunikacijske pripreme sportaša. Kondicijski trening. 8, 2; 6-11. 3. Bartoluci, S., Tomić, D. (2010). Komunikacijska priprema trenera ili zašto i kako „trenirati“ komunikacijske vještine?. Kondicijski trening. 8, 1; 19-23.
dopunska literatura	1. Cutlip, S.M., Center, A.H. i Broom, G.M.(2003). Odnosi s javnošću. Zagreb:Mate. 2. Gottesman, D. i Mauro, B. (2006). Umijeće javnog nastupa. Zagreb: Jesenski i Turk.. 3. Koković, D. (2004).Sport i mediji. Novi Sad: Fakultet za uslužni biznis. 4. Mulić, H. (2003). Kako postati (i ostati) uspješan trener. Poreč: Inart. 5. 5. Wenner, L. (ur.) (1989). Media, Sports and Society. London, New Delhi: SAGE.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.

SPORT I PRAVO (172740)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Siniša Petrović**	
e-mail			
nositelj predmeta		**prof.dr.sc. Mario Baić**	
e-mail		mario.baic@kif.hr	
nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Igor Gliha**	
e-mail			
suradnik		**Petar Ceronja, mag.iur**	
e-mail			
studijski program	Stručni studij	status predmeta	obvezni
semestar	II, IV, VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	30 (30P) Izvedbeni sati: 15P*	očekivani broj studenata na predmetu	60
ciljevi predmeta	Osposobiti studente da razumiju povezanost sporta i prava, a posebno ulogu sportskog prava kao posebne grane prava. S obzirom da se radi o iznimno složenoj djelatnosti, sportsko pravo sadrži u sebi elemente različitih tradicionalnih pravnih grana. Na primjer, u pogledu organizacije sportskih udruženja, sportsko pravo se približava pravu društva. Zbog toga je važno osposobiti studente da razumiju pravno uređenje udruga i sportskih dioničkih društava. Također, važno je da studenti razumiju individualna prava i obveze sportaša/trenera koje regulira sportsko ugovorno pravo te sportsko odštetno pravo. Iz razloga što se nacionalni sportski savezi redovito udružuju na nadnacionalnim nivoima, studenti trebaju razumjeti međunarodni i europski aspekt sportskog prava.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Po završetku ovog kolegija, studenti stječu dodatna znanja koja će im omogućiti bolje razumijevanje pravne problematike rada u sportskoj djelatnosti s posebnim naglaskom na: - razumijevanje povezanosti sporta i prava, - interpretaciju domaćeg i međunarodnog sportskog zakonodavstva, - razlikovanja različitih oblika organizacije sportskih klubova, - razumjeti osobitosti različitih ugovora u sportskom pravu, - razumjeti odgovornosti za štetu sportaša/trenera..		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će po završetku kolegija: - razumjeti povezanost sporta i prava te poznavati značenje sportskog prava, - znati interpretirati domaće i međunarodno sportsko zakonodavstvo, te autonomne izvore sportskog prava, - moći izabrati relevantna pravna pravila i institute, - znati utvrditi koji su relevantni propisi s područja sportskog prava, - analizirati oblike djelovanja u sportu u hrvatskom pravu, - opisati ugovore u sportskom pravu, - poznavati pravni status sportskih objekata, - poznavati značaj i ulogu županijskih i nacionalnih sportskih saveza te HOO-a i MOO- a, - moći usmeno izlagati svoje stavove s područja sportskog prava, - razumjeti i znati prepoznati protupravno djelovanje u sportu i štetne posljedice za sport.		

sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja: 1. Povezanost sporta i prava (1P) 2. Razvoj sportskog prava (Hrvatsko, međunarodno) (1P) 3. Pravni izvori (2P) 4. Subjekti sportskog prava (2P) 5. Pravna utemeljenost razlika između amaterskog i profesionalnog sporta (2P) 6. Značaj i uloga županijskih i nacionalnih sportskih saveza te HOO-a i MOO- a (2P) 7. Različiti oblici organizacije sportskih klubova (2P) 8. Privatizacija u sportu (2P) 9. Osobitosti ugovora u sportskom pravu (profesionalaca, amatera, maloljetnika) (2P) 10. Kolizija klasičnog građanskog ugovora i posebnog sportskog ugovora (1P) 11. Pravni oblici transfera profesionalnih sportaša (2P) 12. Odgovornost za štetu u sportu (sportaša, trenera, sudaca, udruga, države, gledatelja..) (2P) 13. Pravni status sportskih objekata (2P) 14. Utjecaj stranačke autonomije na ustrojstvo sportskih organizacija (1P) 15. Stegovna, prekršajna i kaznena odgovornost u sportu (2P) 16. Hrvatska sportska pravna praksa (2P) 17. Sportski sporovi (1P) 18. Aktualni slučajevi iz sportske/pravne prakse (1P)					
obveze studenata	Aktivno sudjelovanje u pripremi za predavanja te u debatama.					
praćenje rada studenata	Pismeni ispit		1	Usmeni ispit	50%	1
	Pohađanje nastave	25%		Seminarski rad	25%	
				ukupno	**2 ECTS**	
obvezna literatura	Crnić, I., Crnić, J., Ćurković, M., Gliha, I., Ivančić-Kačer, B., Ivkošić, M., Kačer, H., Labar, B., Mateša, Z., Mijatović, N., Mintas-Hodak, LJ., Momčinović, H., Perkušić, A., Petrović, S., Primorac, D. (2009.). Uvod u Športsko pravo (glavni urednik Hrvoje Kačer). Zagreb: Inženjerski biro d.d.					
dopunska literatura	Kačer, H., Perkušić, A., Ivančić-Kačer, B. (2012). Postoji li u Republici Hrvatskoj (kvalitetno) sportsko pravo u Zbornik radova Pravnog fakulteta u Splitu. 49, 4, str. 727-740 Primorac, D. (2013). Pravni položaj vrhunskog trenera u hrvatskom sportskom pravu u Zbornik Pravnog fakulteta Sveučilišta u Rijeci 34, 2 , str. 991-1018 Belanić, L. (2012). Ugovor o osiguranju (troškova) pravne zaštite u djelatnosti sporta u Zbornik radova Pravnog fakulteta u Splitu 49, 4, str. 787.-801.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					

SPORT U EUROPSKIM DRŽAVAMA (150236)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Zrinko Čustonja**	
kancelarija		117	
konzultacije		utorkom od 13.00	
e-mail		zrinko.custonja@kif.hr	
telefon		+38513658717	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	obvezni
semestar	II, IV, VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	30 (15P+15S) Izvedbeni sati: 15P*	očekivani broj studenata na predmetu	60
ciljevi predmeta	- stjecanje osnovnih znanja o sustavima sporta u europskim zemljama. - usvajanje i razumijevanje komparativnih studija i analiza sustava sporta u europskim zemljama i Hrvatskoj i primjena istih u trenerskoj praksi - pružiti uvid i razumijeti osnovne čimbenike koji utječu na status sporta u pojedinim zemljama i na sportske rezultate koje ostvaruju - samostalno analizirati i problematizirati pitanja važna za razumijevanje sustava sporta u zemljama Europe, kao i njegovu ulogu i značaja u širem europskom kontekstu u smislu korisnosti za trenersku praksu		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	- upoznavanje sa sustavom organizacije i ustroja sporta u europskim zemljama - upoznavanje sa sustavom upravljanja i donošenja odluka u sportu na razini Europske unije - upoznavanje sa strateškim i programskim dokumentima o sportu na nacionalnim razinama i razini Europske unije - upoznavanje sa položajem, ulogom i sustavima školovanja trenera u europskim zemljama - upoznavanje s iskustvima trenera u europskim zemljama u smislu socijalnog i radno-pravnog statusa - sposobnost komparativne analize sporta i trenerskoga položaja u zemljama Europske unije i Hrvatske		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- razumijevanje osnovnih osobina sustava sporta u europskim zemljama - poznavanje osnovnih društvenih, političkih i stručnih čimbenika koji utječu na daljnji razvoj sporta i trenerskoga poziva u europskim zemljama, - poznavanje organizacije i ustroja sporta u europskim zemljama, - Poznavanje i razumjevanje položaja i uloge trenera u europskim zemljama - mogućnost iznošenja ocjena i prosudbi o doprinosu, važnosti, statusu i rezultatima kao i specifičnostima i osobinama trenerskoga posla u europskim zemljama - sposobnost komparativnog i analitičkog mišljenja		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**Predavanja i seminari** 1. Sport u Europskoj uniji: dokumenti, povezivanje zemalja, europske sportske asocijacije; (2P+2S) 2. Primjeri sustava sporta i trenerskoga poziva u nekim zapadnoeuropskim zemljama (Velika Britanija, Francuska, Finska, Njemačka, Belgija, Norveška); (1P+1S) 3. Primjeri sustava sporta i trenerskoga poziva u nekim istočnoeuropskim zemljama (Bugarska, Rusija, Poljska, Ukrajina) ;(1P+1S)		

	4. Sustav sporta i trenerskoga poziva u zemljama Alpe-Jadran regije (Austrija, Italija, Slovenija, Mađarska); (1P+1S) 5. Sport i trenerski poziv u izvaneuropskim zemljama (SAD, Australija, Japan); (1P+1S) 6. Komparacija rezultata europskih zemalja ostvarenih na olimpijskim igrama, svjetskim i europskim prvenstvima, europska sportska natjecanja; (2P+2S) 7. Školovanje, zapošljavanje i usavršavanje trenera u sportu europskih zemalja. Stručna i sveučilišna razina obrazovanja trenera u Europi i svijetu; (1P+1S) 8. Sustav selekcije i sportskih škola u europskim zemljama; (1P+1S) 9. Tehnologije sportske pripreme u europskim zemljama; (1P+1S) 10. Sport, znanost i praksa u europskim zemljama, transfer tehnologija iz istraživačkog prostora u prostor trenerske prakse, trenerske udruge u Europi; (1P+1S) 11. Strategije i nacionalni programi razvoja sporta i trenerskog rada u europskim zemljama; (1P+1S) 12. Usporedba sustava sporta i trenerskoga rada u europskim zemljama i Hrvatskoj; (2P +2S) Na seminarskoj se nastavi produbljuju, diskutiraju i problematiziraju teme predavanja. Seminarska nastava se izvodi jednom u dva tjedna. Na seminarskoj nastavi studenti izrađuju i izlažu seminarski rad na jednu od izabranih tema. Teme biraju studenti u dogovoru s voditeljima seminarske nastave. Seminarski rad je opsega 6-8 kartica teksta, a izlaže se 20-30 minuta.					
obveze studenata	Izrada i izlaganje seminarskog rada; redovito pohađanje predavanja i seminarske nastave; aktivno sudjelovanje u radionicama i debatama					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	25%	0.5			
	seminasrki rad	25%	0,5	Usmeni ispit	50%	1
				ukupno	**2 ECTS**	
obvezna literatura	Milanović, D., Čustonja, Z., Bilić, D. (ur.) (2011) Temeljna načela i smjernice razvoja športa u Republici Hrvatskoj. Zagreb: Nacionalno vijeće za šport i Ministarstvo znanosti obrazovanja i športa Republike Hrvatske. Milanović, D. Čustonja, Z. (2007). Sportska rekreacija – sport za sve u svijetu. Zbornik radova Međunarodne znanstvenostručne konferencije Sport za sve u funkciji unapređenja kvalitete života. 19-30. Milanović, D., Čustonja, Z. (2007). Sport kao čimbenik povezivanja država i regije RZ Alpe – Jadran. Zbornik radova VII. konferencije o športu Alpe-Jadran, Opatija, Hrvatska, 65-82.					
dopunska literatura	1. Čustonja, Z., Milanović, D., Sporiš, G. (2009). Kinesiology in the names of higher education institutions in Europe and the United States of America. Kinesiology, 41 (2): 136-146. 2. Bartoluci, Mato; Škorić, Sanela; Čustonja, Zrinko. Employees in sport in the European Union countries and Croatia. U: Puhak, Stjepan ; Kristić, Krešimir (ur.) Making sport attractive for all. Zagreb : Ministry of education and sport Republic of Croatia, 2003. 202-211. 3. European Council (2000). Nice Declaration: Declaration on the specific characteristics of sport and its social function in Europe.http://europa.eu/legislation_summaries/education_training_youth/sport/l35007_en.htm (15. 12. 2010.). 4. European Network of Sport Science in Higher Education (1999b). European Structure for the 5 Levels of Coaches Training http://www.ensshe.lu/documents/cahiers/levels.pdf (15. 12. 2010.) 5. European Observatoire of Sport and Employment (2004). Vocational Education and Training related to Sports in Europe: Situation, Trends and Perpectives http://www.eose.org/ktmlpro/files/uploads/Final%20Report%20English%20Version.pdf (15. 12. 2010.).					

način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.

SPORTSKO-REKREACIJSKI PROGRAMI U PRIRODI (150238)

nositeljica predmeta		**izv. prof. dr. sc. Drena Trkulja Petković**	
kancelarija		119	
konzultacije		prema dogovoru putem e-pošte	
e-mail		drena.trkulja-petkovic@kif.hr	
telefon		+38513658719	
vanjski suradnik		**Damir Gobec, stručni specijalist trenerske struke**	
e-mail		damir.gobec@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	Izborni
semestar	II., IV, VI	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A1 (S+V) terenska nastava		
način izvođenja nastave	30 (16P + 14V) Izvedbeni sati 15*	očekivani broj studenata na predmetu	30
ciljevi predmeta	Osnovni cilj predmeta je usvojiti temeljna teorijska i praktična znanja iz brojnih sportsko-rekreacijskih sadržaja i programa u prirodi te načinima i specifičnostima primjene istih.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći uvid u kompleksnost sportsko rekreacijskih programa u prirodi te o prednostima vježbanja u prirodi. Moći će sa sigurnošću organizirati i realizirati veći broj sadržaja i programa primjenjivih u svim područjima kineziologije (rekreaciji, edukaciji, sportu i kineziterapiji) kao i u svakodnevnom životu.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- usvojiti temeljna teorijska i praktična znanja iz sportsko rekreacijskih sadržaja i programa u prirodi; - razumjeti ulogu i značaj sportsko-rekreacijske aktivnosti u prirodi kao osnovnih i dopunskih sadržaja u područjima kineziologije; - kreirati planove i programe rada uvažavajući prepreke za sudjelovanje u sportsko-rekreacijskim aktivnostima različitih subpopulacija (djeca i mladi, odrasli, starije osobe, osobe s invaliditetom, djeca s teškoćama u razvoju); - ovladati metodikom primjene različitih sportsko rekreacijskih sadržaja i programa u prirodi; - usvojiti pravila ponašanja čovjeka u prirodi kao i ulogu pojedinca u zaštiti flore, faune i prirodnih rijetkosti..		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja 1. Sportsko rekreacijske aktivnosti u prirodi kao osnovni i dopunski sadržaj u područjima kineziologije (1P) 2. Sudjelovanje u sportsko-rekreacijskim aktivnostima u prirodi – povijesni pregled i suvremeni trendovi. Individualne, društvene, okolišne i ekonomske dobrobiti vježbanja u prirodi. (1P) 3. Prepreke za sudjelovanje u sportsko-rekreacijskim aktivnostima različitih subpopulacija (djeca i mladi, odrasli, starije osobe, osobe s invaliditetom, djeca s teškoćama u razvoju) (1P) 4. Boravak u prirodi i ponašanje čovjeka u njoj. Noćenje u planini, planinarski i ostali objekti. Gorska služba spašavanja i „samospašavanje“. (1P) 5. Uloga čovjeka u zaštiti i očuvanju flore, faune i prirodnih rijetkosti (1P) 6. Tehnika i taktika kretanja u prirodi – opći pojmovi i principi; značaj i struktura pripremnih programa za sigurno kretanje (1P)		

	Teorijsko-praktična predavanja i vježbe 1. Metodika primjene različitih sportskih i sportsko-rekreacijskih igara u prirodi (garotke, odbojka na pijesku, indijaka, rukomet na pijesku, speedminton, trim staze, stari sportovi, nogometna odbojka, stolni tenis, viseća kuglana i sl.) (4TPP+4V) 2. Metodika primjene složenih i suvremenih programa aktivnosti u prirodi: paint ball, team building, rafting i kajaking (4TPP+4V) 1. 3. Metodika primjene alpinizma, izletničkog planinarenja, biciklizma (2TPP+6V)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave i aktivan rad na nastavi, priprema i provedba seminara u okviru terenske nastave. Podmirenje troškova terenske nastave (500-600 kn).					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	50%	1	praktični rad	15%	0.3
	usmeni ispit	35%	0.7	ukupno	**2.0 ECTS**	
obvezna literatura	1. Poljak, Ž. (2004). Zlatna knjiga hrvatskog planinarstva. Zagreb: Planinarski savez Hrvatske. 2. Smerke, Z. (1989). Planinarstvo i alpinizam. Zagreb: Planinarski savez Hrvatske. 3. Trkulja Petković, D., Širić, V., Vladović, Z. (2012). Uloga i značenje outdoor aktivnosti u intenzifikaciji procesa vježbanja. U: V. Findak (ur.), Zbornik radova 21. Ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske „Intenzifikacija procesa vježbanja u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije“ (str. 343-349), Poreč: Hrvatski kineziološki savez.					
dopunska literatura	1. Trkulja Petković, D, Gobec, D., Gobec, I. (2018). Precizna orijentacija – dobar primjer rekreativne aktivnosti široke primjenjivosti. U G. Leko (ur.). Zborniku radova 27. Ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske „Primjeri dobre prakse u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije“, Poreč, 2018. (str. 347-356). Zagreb: Hrvatski kineziološki savez. 2. Čaplar, A. (2011). Planinarski vodič po Hrvatskoj. Zagreb: Mozaik knjiga					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					

WELLNESS (117524)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Danijel Jurakić**				
kancelarija		117				
konzultacije		srijedom od 13.30 do 14.30				
e-mail		danijel.jurakic@kif.hr				
telefon		+38513658656				
studijski program	Stručni studij	status predmeta	izborni			
semestar	II, IV,VI.	godina studija	II.			
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS			
mjesto izvođenja	predavaonica + dvorana					
način izvođenja nastave	30 (15P+15V) Izvedbeni sati: 15P*	očekivani broj studenata na predmetu	60			
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je dopuniti temeljna znanja suvremenim modelima i programima iz područja kineziološke rekreacije i stjecanje specijaliziranih znanja o uvođenju i provedbi sustava wellness.					
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Organizacija stručnog rada u sportsko-rekreacijskim centrima; Rad u timu sa stručnjacima iz drugih područja.					
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: - razumjeti koncepciju i čimbenike za razvoj wellnessa, - razumjeti funkciju wellnessa u suvremenom životu urbanog čovjeka, - modelirati wellness ponudu s posebnim naglasnom na kineziološke programe, - izraditi i provoditi transformacijske i relaksacijske kineziološke programe u wellness centru, - primijeniti metode za valorizaciju wellness programa aktivnosti .					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**Predavanja i vježbe** 1. Definicija i koncept wellnessa. Mjesto i uloga wellnessa u svijetu i Hrvatskoj. Čimbenici razvoja wellnessa. Temeljne sastavnice wellnessa. Funkcija wellnessa u suvremenom životu urbanog čovjeka. (2P+2V) 2. Mogućnosti primjene wellnessa u različitim društveno-ekonomskim uvjetima. Wellness kao selektivna turistička ponuda. (2P+2V) 3. Modeliranje ponude wellnessa. Uloga kinezioloških programa u ponudi wellnessa. (2P+2V) 4. Programi wellnessa kao novi pristup kvalitetnom provođenju slobodnog vremena. Razlikovanje wellnessa i zdravstvenog turizma. (2P+2V) 5. Wellness kao model prihvaćanja novog sustava vrijednosti za podizanje kvalitete života suvremenog čovjeka. Tehničko-taktički principi za provedbu programa wellnessa: objekti, interijeri, stručna razina, komunikacija, izbor sadržaja. (2P+2V) 6. Transformacijski i relaksacijski kineziološki programi kao osnova (kineziološkog) wellnessa. Struktura sudionika wellness programa. (2P+2V) 7. Metode za valorizaciju wellness programa. Metode za kontrolu kvalitete wellness programa. (3P+3V)					
obveze studenata	Redoviti pohađanje nastave i aktivan rad na nastavi					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	25%	0.5	seminarski rad	25%	0.5
	usmeni ispit	50%	1	ukupno	**2.0 ECTS**	

obvezna literatura	1. Andrijašević, M. (2010). Kineziološka rekreacija. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. Andrijašević M., Bartoluci, M. (2004). Uloga wellnessa u suvremenom turizmu, Acta turistica, 16(2), 125-143. 3. Andrijašević, M. (2004). Programi i sadržaji razvoja sportsko-rekreacijskog turizma u Hrvatskoj. u: Bartoluci, M.i sur. (ur.), Menedžment u sportu i turizmu, Zagreb: KF, EF, 347-357.
dopunska literatura	1. Ivanišević G. i sur.(2004). Zdravstveni turizam, prehrana, kretanje i zaštita okoliša u Hrvatskoj, znanstveni skup Veli Lošinj, Zagreb: Akademija medicinskih znanosti Hrvatske. 2. Aerobics and Fitness Asociation of America (1997). Fitness Theory & Practice. California: Sherman Oaks. 3. Corbin, B.C., Lindsey, R., Welk, I. G., Corbin, R. W. (2002). Concepts of fitness and wellness. New York, USA: Mc Graw Hill Companies. 4. Andrijašević M. (2002). Raising the quality of the sports-recreational offer in Croatian tourism, u: 16th biennial International Congress, Hotel & tourism, University of Rijeka. 5. Andrijašević, M. (ur.). (2000). Slobodno vrijeme i igra. Zagreb: FFK, ZV.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.

ŽIVOT U PRIRODI I VJEŠTINA PREŽIVLJAVANJA (150239) (32)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Dražen Harasin**	
kancelarija		123	
konzultacije		**utorkom u 10.00 sati**	
e-mail		drazen.harasin@kif.hr	
telefon		+38513658702	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	Izborni
semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema posebnih preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica + terenska nastava		
način izvođenja nastave	30(15P+15S) Izvedbeni sati: 15P*	očekivani broj studenata na predmetu	60
ciljevi predmeta	Studentima dati teorijska i praktična znanja koja osiguravaju sigurno boravljenje u prirodi i preživljavanje.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će nakon položenog kolegija razumjeti teorijsku pozadinu primarnih ljudskih potreba i ulogu pojedinih vještina u zadovoljenju osnovnih bioloških potreba u prirodnom okruženju. Usvojit će praktična znanja bitna za učinkovito zadovoljenje primarnih ljudskih potreba u prirodnom okuženju. Steći će organizacijska znanja potrebna za provođenje višednevne ture i tabora. Položenim predmetom dobit će teorijsku i praktičnu bazu za upravljanje rizikom, donošenje odluka i rješavanje problema u stvarnoj situaciji u organizaciji tabora ili vođenju ture kroz prirodu te za optimalnu reakciju u neplaniranim situacijama prilikom boravka u prirodi.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - planirati i organizirati boravak veće skupine ljudi u prirodnom okruženju, podići tabor s kompletnom infrastrukturom u prirodi, - izbjeći neželjenu interakciju s prirodom, - orijentirati se u prirodi pomoću karte i kompasa, ručnog GPS uređaja ili prirodnih orijentira, komunicirati u prirodi međunarodnim zvučnim i vidnim znakovima, - planirati potrebe za vodom u prirodnom okruženju u odnosu na vanjsku temperaturu, količinu i intenzitet tjelesnog rada; optimalno reagirati u neplaniranim situacijama u odnosu na potrebu za vodom; koristiti tehnike prikupljanja vode u prirodi i tretmane za pitkost vode, - potpaliti vatru ferocerijskim kresivom, kontrolirati otvoreni plamen različitih tipova vatrišta i sigurno ga koristiti u grijanju, osvjetljavanju, tretmanu pitkosti vode i pripremi hrane, koristiti plamenike na različita goriva, - podići i srušiti različite tipove šatora, podići zaklon od šatorskog krila, podići privremeni zaklon od drveta, koristiti prirodne zaklone, - planirati potrebe za hranom u prirodi; odabrati namirnice prikladne za prehranu u prirodi; optimalno reagirati u neplaniranim situacijama u odnosu na potrebu za hranom; - pravilno i sigurno koristiti alat i opremu.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja 1. Fiziologija i psihologija preživljavanja; Razumijevanje života u prirodnom okruženju (2 TP) 2. Primitivne vještine i znanja u zadovoljenju ljudskih potreba u prirodnom okruženju (1 TP) 3. Planiranje putovanja i boravka u prirodi; Lokacija, organizacija i infrastruktura tabora (1TP) 4. Odjeća i obuća za boravak u prirodi; Naprtnjača (2TP) 5. Alati u preživljavanju; Šatorsko krilo i konop u preživljavanju (2TP) 6. Voda i hrana u preživljavanju (3TP)		

	7. Vatra i zaklon u preživljavanju (3TP) 8. Sigurnost u prirodi; Orijetacija i navigacija; Prva pomoć u divljini (1TP) Seminari 1. Pakiranje naprtnjače, stavljanje i skidanje naprtnjače; Pravilno i sigurno korištenje alata, održavanje alata; Upotreba užeta, korisni čvorovi, upotreba šatorskog platna (2S) 2. Lociranje i prikupljanje vode iz površinskih vodotoka, tretman vode radi pitkosti; transpiracijska i kondenzacijska zamka (2S) 3. Tipovi vatrišta, odabir drveta, uređenje vatrišta, potpala vatre šibicama, pravilno gašenje vatre; Potpala vatre ferocerijskim kresivom; Potpala vatre primitivnim metodama potpale - svrdlanje lukom; plamenici na kruta, tekuća i plinska goriva (2S) 4. Tipovi i karakteristike šatora, dizanje i rušenje šatora; Izrada zaklona od šatorskog krila; Korištenje prirodnih zaklona; Izrada zaklona od priručnog prirodnog materijala (2S) 5. Namirnice za prehranu u prirodi; Samoniklo jestivo bilje; Jestive gljive; Lov; Ribolov (2S) 6. Orijentacija i navigacija (2S) 7. Putovanje različitim prijevoznim sredstvima kroz prirodu; Tehnika kretanja u prirodi (1S) 8. Tjelesna pripremljenost u životu i preživljavanju u prirodi; Izbjegavanje neželjene interakcije s prirodom; Osnove vremenske prognoze; Svladavanje opasnog terena (1S) 9. -Vizualna i zvučna signalizacija; Prva pomoć u prirodi (1S)
obveze studenata	Redoviti pohađanje nastave i aktivan rad na nastavi

praćenje rada studenata	aktivnosti na nastavi	25%	1	pismeni ispit	25%	1
	praktični rad	12.5%	0.5	3 praktična kolokvija	25%	1
	usmeni ispit	12.5%	0.5	ukupno	**4.0 ECTS**	

obvezna literatura	1. Harasin, D. (2018) Prezentacije teorijskih predavanja. Marlin- sustav za e-učenje. 2. Harasin, D. (2018) Nož za preživljavanje. Zbornik radova 27. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske. (str. 256-263), Poreč, 2018. 3. Harasin, D. (2017) Elementi tehnike metode luka i svrdla. 2017, Zbornik radova 26. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske. (str. 308-313) Poreč, 2017.
dopunska literatura	1. Harasin, D., Puljić, M. (2016) Utjecaj distribucije tereta u naprtnjači na potrošnju energije u hodanju po usponu. Zbornik radova 25. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske. (str. 349-353), Poreč, 2015. 2. Harasin, D., Puljić, M. (2015) Utjecaj težine obuće na potrošnju energije pri hodanju po usponu, 2015, Zbornik radova 24. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske. (str. 148-153),Poreč, 2015. 3. Harasin, D., Ivić, M. (2014) Uže i uzlovi u preživljavanju u prirodi. Zbornik radova 23. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske. Poreč, (str. 538-542), 2015, Poreč.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.

IZBORNI SPORTOVI – II. SEM

Šifra predmeta	IZBORNI SPORTOVI	NOSITELJI	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
89443	Aerobika-ne za studente Fitnesa	prof. dr. sc. Gordana Furjan Mandić	9	18	18	3
117522	Akrobatika	prof. dr. sc. Željko Hraski	9	18	18	3
89445	Atletika	prof. dr. sc. Vesna Babić prof. dr. sc. Ljubomir Antekolović doc. dr. sc. Marijo Baković	9	18	18	3
89446	Badminton	izv. prof. dr. Lidija Petrinović	9	18	18	3
89447	Borilački sportovi	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić	9	18	18	3
89448	Elementarne igre	izv. prof. dr. Maja Horvatin	9	18	18	3
117517	Igre u vodi	izv. prof. dr. sc. Dajana Zoretić	9	18	18	3
150242	Jedrenje u malim klasama	izv. prof. dr. Nikola Prlenda	9	18	18	3
89449	Košarka	prof. dr. sc. Damir Knjaz	9	18	18	3
89450	Nogomet	izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić	9	18	18	3
89451	Odbojka	izv.prof. dr. sc. Tomica Rešetar	9	18	18	3
89454	Plivanje	izv. prof. dr. sc. Dajana Zoretić	9	18	18	3
89455	Rukomet	izv. prof. dr. sc. Katarina Ohnjec doc. dr. sc. Igor Gruić	9	18	18	3
89456	Samoobrana	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić	9	18	18	3
89459	Streljaštvo	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić	9	18	18	3
150244	Triatlon	prof. dr. sc. Mario Kasović	9	18	18	3
89461	Vaterpolo	prof. dr. sc.Goran Leko	9	18	18	3

broj izbornih sportova koje upisuju u II. sem: KPS= 2, SPORT=1, FITNES=1, SP. REKREACIJA=1

AEROBIKA (189443)

nositeljica predmeta		**prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić**	
kancelarija		173	
konzultacije		Srijeda 12.30 do 13.00 te prema dogovoru putem e-mail adrese ili na tel. +385 95 3658805	
e-mail		gordana-furjan-mandic@kif.hr	
telefon		+38513658773	
nastavnik		**doc. dr. sc. Josipa Radaš**	
kancelarija		168	
konzultacije		ponedjeljkom u 11.00 sati	
e-mail		josipa.radas@kif.hr	
telefon			
vanjska suradnica		**Marita Ukić, mag.cin.**	
e-mail		marita.ukic@kif.hr	
vanjska suradnica		**Adrijana Dolančić, prof.**	
e-mail		adrijana.dolancic@kif.hr	
vanjski suradnik		**Viktorio Miličević, prof.**	
e-mail		viktorio.milicevic@kif.hr	
vanjska suradnica		**Jasminka Tomčić,**	
e-mail		jasminka.tomcic@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	izborni
Semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Poznavanje školskih gimnastičkih elemenata. Poznavanje biomehaničkih osnova odraza, leta i doskoka (trajektorija, generiranje i kontrola rotacije tijela).	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica (S) dvorana F (V) dvorana F		
način izvođenja nastave	45(9TP+18TPP+18V) Izvedbeni sati: 20P*	očekivani broj studenata na predmetu	15
ciljevi predmeta	Usvojiti potrebna teorijska i praktična znanja iz aerobike te način primjene istih u odgojno-obrazovnom procesu te u području rekreacije, kineziterapije i sporta		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Predmet daje osnovna znanja iz aerobike		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će se osposobiti za: - usvajanje tehnike koraka klasične i step aerobike, - primjena aerobike u edukaciji, - primjena aerobike u sportu, - primjena aerobike u rekreaciji,		

	- primjena aerobike u kineziterapiji,
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja 1. Povijest aerobike (1P) 2. Kineziološka analiza aerobike (2P) 3. Glazba i koreografija u aerobici (1P) 4. Specifične vježbe za razvoj snage u aerobici (2P) 5. Grupni fitnes programi s rekvizitima (1 P) 6. Aerobika u vodi (1P) 7. Mogućnost primjene aerobike u sportu i kineziterapiji (1P) Teorijsko-praktična predavanja i vježbe 8. Osnovni koraci niskog i visokog intenziteta te niskog intenziteta (2P+2V) 9. Glazba i koreografija u aerobici (2P+2V) 10. Osnovni koraci step aerobike (2P+2V) 11. Organizacijski oblici sata u aerobici (2P+2V) 12. Vježbe za razvoj snage i gibljivosti u aerobici (4P+4V) 13. Primjena rekvizita u aerobici (4P+4V) 14. Arobika u vodi (2P+2V)
Obveze studenata	Sudjelovanje na nastavi je obvezno i o tome se vodi evidencija. Studenti(ice) kategorizirani vrhunski sportaši imaju pravo na izostanke u skladu s odlukom Fakultetskog vijeća. To ih ne oslobađa svih drugih obveza u vezi kolegija. Izostanak zbog bolesti može se opravdati liječničkom potvrdom. U iznimnim slučajevima izostanak s praktičnih predavanja i vježbi može se nadoknaditi dolaskom u drugu grupu – uz prethodnu najavu nastavnicama.

Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	17%	0.5	pismeni ispit	33%	1
	Kolokviji	17%	0.5	usmeni ispit	33%	1
				ukupno	**3.0 ECTS**	

Obvezna literatura	1. Alter, M. J. (1990). Science of stretching. Champaign, Ilinois: Human Kinetics Books. 2. Furjan-Mandić, G. (2009.) Vježbe snage u aerobici. CD priručnik. Zagreb: Medaktor. ISBN 978-953-55801-0- 2 3. Zbornik radova, 6. zagrebački sajam sporta – „Suvremena aerobika“ (1997). Metikoš, D., Prot, F., FurjanMandić, G., Kristić, K. (ur.) Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu
Dopunska literatura	1. Bergoč, Š., Zagorc, M. (2000). Metode poučevanja v aerobiki. Ljubljana: Fakulteta za šport.
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.

AKROBATIKA (117522)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Željko Hraski**	
kancelarija		174	
konzultacije		putem e-maila	
e-mail		zeljko.hraski@kif.hr	
telefon		+38513658	
nastavnik		**izv. prof. dr. sc. Tomislav Krističević**	
kancelarija			
konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		tomislav.kristicevic@kif.hr	
telefon		+38513658	
nastavnik		**doc.dr. sc. Marijo Možnik**	
kancelarija		101/2	
konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		marijo.moznik@kif.hr	
telefon		+38513658702	
nastavnik		**dr.sc. Lucija Milčić, pred.**	
e-mail		lucija.milcic@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	izborni
Semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Poznavanje školskih gimnastičkih elemenata. Poznavanje biomehaničkih osnova odraza, leta i doskoka (trajektorija, generiranje i kontrola rotacije tijela).	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica (S) dvorana F (V) dvorana F		
način izvođenja nastave	45(9TP+18TPP+18V) Izvedbeni sati: 20P*	očekivani broj studenata na predmetu	40
ciljevi predmeta	Usvojiti potrebna teorijska i praktična znanja o osnovnim akrobatskim elementima te o njihovoj primjeni u različitim, rekreativnim i natjecateljskim aktivnostima. Također, studenti će se osposobiti i za primjenu akrobatskih sadržaja kao sredstva kondicijske pripreme sportaša, kao i za njihovu primjenu u različitim programima osposobljavanja za specifična zanimanja (vojska, policija, vatrogasci, interventne jedinice i sl.).		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će se osposobiti za: □ Primjenu akrobatskih vještina u različitim rekreativnim i natjecateljskim aktivnostima □ primjenu akrobatskih sadržaja kao sredstva kondicijske pripreme sportaša.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će se osposobiti za: - realizaciju akrobatskog dijela gimnastičkih programa u dječjim vrtićima i školskim sportskim društvima; - primjenu sadržaja akrobatike u trenažnom procesu drugih sportova;		

	- primjenu sadržaja akrobatike u različitim programima osposobljavanja za specifična zanimanja (vojska, policija, zrakoplovstvo, vatrogasci, interventne jedinice i sl.); - primjenu sadržaja akrobatike u različitim programima vježbanja za osobe s posebnim potrebama; - primjenu sadržaja akrobatike u različitim scenskim aktivnostima (kazalište, film, cirkus).
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**Teorijska predavanja** (svaka tema se obrađuje po 3 nastavna sata) 1. Povijesno-razvojna analiza akrobatike, evolucija tehnike akrobatskih elemenata u različitim sportovima; akrobatika kao samostalni sport. Strukturalna analiza akrobatskih elemenata u različitim sportovima, karakteristike tipičnih kretnih struktura i njihovih pojedinih faza. Biomehanički aspekti akrobatskih kretnih struktura: biomehanika odraza, biomehanika elemenata s fazom leta. 2. Funkcionalna analiza akrobatskih elemenata u akrobatskim vještinama (Sportska akrobatika, Trampolining , Breakdance, Parkour, Free Running, Tricking, Capoeira, Akrtobatski rock' and roll, Akrobatsko rolanje, Scenska akrobatika (Cirque du Soleil), Akrobatsko skijanje, Snowboarding, Skateboarding, Skokovi u vodu, Clif Diving, Kitesurfing, Wakeboarding, Sportsko padobranstvo, Akrobatika na motorima, Borilački sportovi, Sepak Takraw, Cheerleading, Voltažiranje, Balet, Kaskaderstvo, Cirkus, Akrobatika u drugim sportovima (hrvanje, rukomet, ritmička gimnastika…). Sistematizacija elemenata tehnike. 3. Metodičko oblikovanje trenažnog procesa – sredstva, metode, opterećenja, pomagala, organizacijski oblici, metodičke forme i distribucija sadržaja. Antropološka analiza: utjecaj antropoloških čimbenika na usvajanje akrobatskih elemenata. Transformacije antropoloških karakteristika pod utjecajem primjene sadržaja akrobatike. Kontrola efekata. Dijagnostika stanja usvojenosti akrobatskih sadržaja. Scenska akrobatika i njene specifičnosti. Primjena akrobatskih sadržaja u različitim promotivnim nastupima. **Teorijsko-praktična predavanja i vježbe** (svaka tema se obrađuje 3TPP+3V) 1. Gimnastička akrobatika. Tipične akrobatske serije odrazima prema natrag (rondat, premet natrag, salta) i odrazima prema naprijed (tempo premet, salta). Akrobatska staza – specifičnosti primjene za potrebe različitih sportova. 2. Trampolining. Vrste trampolina. Trampolining kao olimpijski sport. Trampolini u funkciji metodičkih postupaka savladavanja akrobatskih elemenata. Osnovni skokovi bez rotacija oko transverzalne osi, skokovi s rotacijama naprijed i natrag (zgrčeno, sklonjeno, pruženo), salta s okretima oko uzdužne osi (180/360). 3. Parkour; Povijesni razvoj. David Belle i njegov utjecaj. Osnovne kretne strukture (naskoci i preskoci, elementi ravnoteže, provlačenja, naupori, doskoci). Freerunning, Tracing & Tricking. Poligoni. Parkour u Hrvatskoj. 4. Akrobatski Rock'n'Roll. Povijesni razvoj. Natjecateljski program. Osnovni plesni koraci. Osnovni akrobatski elementi, rotacije, izdržaji i izbačaji: Akrobatski Rock'n'Roll u Hrvatskoj. 5. Break dance. Povijesni razvoj. Osnovne kretne strukture i položaji: Top-Rock (Indian Step, Crazy Rock, Brooklyn Rock), Power-Moves (Windmill, Flare, Airflare, Munchmill, Elbowtrack, Headspin, Halo), Footwork (Sixstep, Three Step, Running Shuffle, Coin Drop, Coffee Grinder), Freeze (Baby Freeze, Turtle, Air Freeze, Airchair, Sidechair). International Breakdance Event. Hrvatska Break dance scena. 6. Capoeira. Povijesni razvoj. Filozofija Capoeire. Glazba. Osnovni stilovi (Angola, Regional, Contemporanea). Bazične kretne strukture, akrobatski obrambeni pokreti i udarci.
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave i aktivno sudjelovanje na TP predavanjima i vježbama. Individualna i grupna priprema prezentacije novih vještina savladanih tijekom slušanja predmeta

Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	25%	0.75	pismeni ispit	25%	0.75
	praktični rad	25%	0.75	usmeni ispit	25%	0.75

				ukupno	**3.0 ECTS**
Obvezna literatura	1. Hraski, Ž. (2023). *Akrobatika*. Multimedijski sustavi (Moodle). Sveučilište u Zagrebu, Kineziološki fakultet, Zagreb				
Dopunska literatura	1. Hraski, Ž. (2023). *Promjene u horizontalnoj i vertikalnoj komponenti linearne količine gibanja u izvedbi različitih vrsta salta natrag*// Zbornik radova Kondicijska priprema sportaša 2023/ Zagreb, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu / Udruga kondicijskih trenera Hrvatske, 2023. str. 26-29. 2. Hraski, Ž. i S. Dragičević (2021). Comparative kinematic analysis of run-up and hop in a preparatory acrobatic series for backward somersaults // Proceedings - 9th International Scientific Conference on Kinesiology/ / Šalaj, Sanja ; Škegro, Dario (ur.). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 2021. str. 125-128. 3. Hraski, Ž. (2014). *Functional relationships among kinematic and kinetic parameters of backward somersault* // Proceedings - 7th International Scientific Conference on Kinesiology/ Milanović, Dragan ; Sporiš, Goran (ur.). Zagreb, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 2014. str. 146-149. 4. Hraski, Ž. (2004). *Production of angular momentum for backward somersault*. IASTED International Conference on Biomechanics, Honolulu, Hawaii, USA, 10-13. 5. Hraski, Ž. (2002). *Correlation between selected kinematic parameters and angular momentum in backward somersaults*. XXth International Symposium on Biomechanics in sport, Caceres, Spain, 167-170.				
Način praćenja kvalitete	Evidentiranje pohađanja i sudjelovanja u nastavi. Evidentiranje napretka prema zadanim elementima (praktična prezentacija, seminarski rad, usmeni ispit. Evaluacija predmeta i nastavnika na kraju semestra.				

ATLETIKA (89445)

nositeljica predmeta		**prof. dr. sc. Vesna Babić**	
kancelarija		176	
konzultacije		**utorkom od 9.30 do 11.00**	
e-mail		vesna.babić@kif.hr	
telefon		+38513658776	
nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Ljubomir Antekolović**	
kancelarija		160	
konzultacije		e-poštom ili prema dogovoru	
e-mail		ljubomir.antekolovic@kif.hr	
telefon		+38513658760	
nositelji predmeta		**doc.dr. sc. Marijo Baković**	
kancelarija		101/2	
konzultacije		Teorijske: ponedjeljkom od 11.30 do 12.30 sati Praktične: srijedom od 9 do 10 na stadionu - skokovi utorkom od 9 do 10 na bacalištu iza Fakulteta – bacanja	
e-mail		marijo.bakovic@kif.hr	
telefon		+38513658702	
vanjska suradnica		**Danijela Grgić, mag. cin.**	
e-mail		danijela.grgic@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	izborni
Semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja	(TP) predavaonica (TPP i V) dvorana C, atletska staza, terenska nastava(Jarun, maksimir, Sljeme i dr.), Moodle: Merlin, e-učenje		
način izvođenja nastave	45(9TP+18TPP+18V) Izvedbeni sati: 20P*	očekivani broj studenata na predmetu	60
ciljevi predmeta	Usvojiti potrebna teorijska i praktična znanja o osnovnim strukturama kretanja i metodama poučavanja različitih atletskih disciplina te o njihovoj primjeni u različitim, rekreativnim i natjecateljskim aktivnostima. Također, studenti će se osposobiti i za primjenu atletskih sadržaja kao sredstva kondicijske pripreme sportaša, kao i za njihovu primjenu u različitim programima osposobljavanja za specifična zanimanja (vojska, policija, interventne jedinice i sl.).		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će se osposobiti za: - primjenu atletskih sadržaja u različitim rekreativnim i natjecateljskim aktivnostima - primjenu atletskih sadržaja kao sredstva kondicijske pripreme sportaša.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će se osposobiti za: - primjenu sadržaja atletike u različitim rekreativnim aktivnostima - primjenu sadržaja atletike u trenažnom procesu drugih sportova;		

	- primjenu sadržaja atletike u različitim programima osposobljavanja za specifična zanimanja (vojska, policija, interventne jedinice i sl.); - primjenu sadržaja atletike u različitim programima vježbanja za osobe s posebnim potrebama;
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja (svaka tema se obrađuje po 3 nastavna sata) 1. Povijest, organizacija natjecanja i osnovna pravila različitih atletskih disciplina 2. Osnove kineziološke i strukturalne analize različitih atletskih disciplina 3. Bazična i specifična metodika različitih atletskih disciplina Teorijsko-praktična predavanja i vježbe (svaka tema se obrađuje 3TPP+3V) 1. Hodanje i sportsko hodanje 2. Trčanje na kratke pruge 3. Trčanje na duge pruge 4. Preponsko trčanje 5. Bacanja 6. Skokovi
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave i aktivno sudjelovanje na TP predavanjima i vježbama. Predaja projektnog zadatka i aktivno sudjelovanje na e-kolegiju.

Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	15%	0.40	pismeni ispit	25%	0.75
	praktični rad	15%	0.40	usmeni ispit	25%	0.75
	projektni zadatak	20%	0.70	ukupno	**3.0 ECTS**	

Obvezna literatura	Babić, V. (2010). Atletika hodanja i trčanja. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. Harasin, D. (2014). Atletska bacanja. E - nastavni materijal za studente sveučilišnog studija kineziologije. Kineziološki fakultet, Zagreb. Antekolović, Lj., Baković, M. (2008). Skok u dalj. Zagreb: Miš
Dopunska literatura	Šnajder, V. (1997). Na mjesta pozor… Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu.
Način praćenja kvalitete	Evidentiranje pohađanja i sudjelovanja u nastavi. Evidentiranje napretka prema zadanim elementima (praktična prezentacija, projektni zadatak, usmeni ispit. Evaluacija predmeta i nastavnika anonimnom studentskom anketom.

BADMINTON (89446)

nositeljica predmeta		**izv. prof. dr. sc. Lidija Petrinović**	
kancelarija		202	
konzultacije		srijedom 10:00-12:00 sati	
e-mail		lidija.petrinovic@kif.hr	
telefon		+38513658609	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	izborni predmet
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica + dvorana		
način izvođenja nastave	45(9TP+18TPP+18V) Izvedbeni sati: 20P*	očekivani broj studenata na predmetu	60
ciljevi predmeta	Stjecanje osnovnog teoretskog i praktičnog znanja studenata iz badmintona. Primjena osnovne i napredne badmintonske tehnike s naglaskom na primjeni kompleksnih vježbi u radu s malim i velikim grupama te primjena naučenog kroz aktivnu igru..		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	- Stjecanje osnovnih informacija iz područja povijesti i razvoja badmintona. Vrste reketa i podloga. Način izbora opreme. Pravila igre i osnove terminologije. - Biomehanička analiza osnovnih elemenata tehnike i njihova praktična poduka. - Upoznavanje s varijacijama izvođenja pojedinih elemenata tehnike. Usvajanje praktičnog znanja o optimalnim metodičkim postupcima prilikom poučavanja osnovnih elemenata tehnike badmintona. - Upoznavanje s osnovama strategije i taktike		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu: - osnovne teorijske informacije o badmintonu; - osnovna i specifična motorička znanja iz badmintona; - praktično metodičko znanje o primjerenim postupcima podučavanja početnika; Navedeno ih osposobljava za: - osnove planiranja, programiranja i realizacije poduke badmintona; - poduku početnika o osnovama strategije i taktike u badmintonu		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**Teorijska predavanja** 1. Uvodno predavanje, povijest i razvoj badmintona (2P) 2. Pravila i sustavi natjecanja u badmintonu (2P) 3. Kineziološka analiza udaraca iznad glave (lob, drop, smeš) (2P) 4. Kineziološka analiza udaraca izvedenih zamahom reketa ispod struka i analiza servisa (forhend, bekend, dugi i kratki) (2P) 5. Tehničko taktička primjena udaraca u igri (1P) **Teorijsko-praktična predavanja i vježbe** 1. Način poduke i izvođenja forhend udaraca zamahom reketa iznad glave (lob, drop, smeš) (2TPP+2V) 2. Način poduke i izvođenja bekend udaraca (lob, drop) (2TPP+1V) 3. Način poduke i izvođenja servisa (forhend, bekend, dugi i kratki) (2TPP+1V) 4. Način poduke i izvođenja udaraca na mreži (2TPP+1V) 5. Način poduke i izvođenje kretanja na terenu (pojedinačna, parska igra, mješoviti parovi)(2TPP+1V) 6. Način poduke i izvođenja osnovnih tehničko-taktičkih varijanti u igri (2TPP+1V)		

	7. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci forhend udaraca zamahom reketa iznad glave (lob, drop, smeš) (1TPP+2V) 8. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci bekend udaraca (lob, drop) (1TPP+2V) 9. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci servisa (forhend, bekend, dugi i kratki) (1TPP+2V) 10. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci izvođenja udaraca na mreži (1TPP+2V) 11. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci kretanja na terenu (pojedinačna, parska igra, mješoviti parovi) (1TPP+1V) 12. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci osnova primjene tehnike u taktici badmintona(1TPP+2V)					
obveze studenata	Redovito pohađanje teoretske i praktične nastave, zalaganje i aktivan rad na nastavi.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	20%	0.5			
	Praktični rad	50%	1,5	usmeni ispit	30%	1
				ukupno	**3.0 ECTS**	
obvezna literatura	1. DBF. Badminton u školi (2000). Hrvatski badmintonski savez (prema izdanju njemačkog badmintonskog saveza).					
dopunska literatura	1. Petrinović Zekan, L., Zdenjak, L. (2008). Trening snage u badmintonu. u: Jukić, I., Milanović, D., Gregov, C. (ur.) Zbornik radova međunarodne konferencije „Kondicijska priprema sportaša 2008.“, Zagreb, 2008. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Udruga kondicijskih trenera Hrvatske, 272-276. 2. Petrinović Zekan, L. (2007). Badminton – „nepoznati sport“. Acta Med Croatica, 61 (1), 49-52. 3. Downey, J. (2003). Badminton for Schools. London: Pelham Books. 4. Downey, J. (1992). Play short badminton. National Coach Foundation. 5. Petrić, D. (1995). Badminton u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture u osnovnoj školi. u: Findak, V. (ur.) Zbornik radova 4. ljetne škole pedagoga fizičke kulture Republike Hrvatske.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					

BORILAČKI SPORTOVI (89447)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Hvoje Sertić**	
kancelarija		155	
konzultacije		srijedom od 11.30 do 12.30 sati	
e-mail		hrvoje.sertic@kif.hr	
telefon		+38513658755	
nastavnik		**izv.prof. dr. sc. Ivan Segedi**	
kancelarija		140/1	
konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		ivan.segedi@kif.hr	
telefon		+38513658739	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	izborni
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A2 (S) dvorana K (V) dvorana K		
način izvođenja nastave	45(9TP+18TPP+18V) Izvedbeni sati: 20P*	očekivani broj studenata na predmetu	60
ciljevi predmeta	Cilj predmeta BORILAČKI SPORTOVI je uputiti studentice i studente u osnove tehnika polistrukturalnih acikličkih borilačkih sportova. Usvojene tehnike se mogu implementirati u višestranu pripremu sportaša ostalih sportova ili mogu poslužiti kao osnova na koju će se u kasnijem periodu nadograditi tehnika udaračkih ili hrvačkih borilačkih sportova.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta BORILAČKI SPORTOVI studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima karakterističnim za ovaj borilački sport i njegovu primjenu u: a) edukaciji – obavezni i izvannastavni sadržaji, b) sportu, c) rekreaciji , d) vojsci, policiji i zaštitarskim službama.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Studenti će usvojiti znanja o karakteristikama i metodama obuke tehnika udaraca rukom - Studenti će usvojiti znanja o karakteristikama i metodama obuke tehnika udaraca nogom - Studenti će usvojiti znanja o karakteristikama i metodama obuke tehnika blokada - Studenti će usvojiti znanja o karakteristikama i metodama obuke tehnika padova - Studenti će usvojiti znanja o karakteristikama i metodama obuke tehnika stavova i kretanja - Studenti će usvojiti znanja o karakteristikama i metodama obuke tehnika hvatova i bacanja - Studenti će usvojiti znanja o karakteristikama i metodama obuke tehnika zahvata držanja i kontrole protivnika - Studenti će usvojiti znanja o karakteristikama i metodama obuke tehnika poluga - Studenti će usvojiti znanja o karakteristikama i metodama obuke tehnika gušenja.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja 1. Povijest, organizacija i osnovna pravila borilačkih sportova (3 sata) 2. Osnove kineziološke i antropološke analize borilačkih sportova (3 sata) 3. Bazična i specifična metodika borilačkih sportova (3) Teorijsko-praktična predavanja i vježbe		

	1. Tehnike udaraca rukom i nogom. Tehnike blokada rukom i nogom (3 sata) 2. Tehnike stavova, kretanja i padova (3 sata) 3. Tehnike bočnih i ručnih bacanja (3 sata) 4. Tehnike nožnih i požrtvovnih bacanja (3 sata) 5. Tehnike zahvata držanja i kontrole protivnika (3 sata) 6. Tehnike poluga i gušenja (3 sata)					
Obveze studenata	Studenti su obavezni pohađati praktičnu nastavu u sportskoj opremi za karate – karate kimonu. Studenti su obavezni voditi bilješke s teoretsko praktičnih predavanja.					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	16%	0,5	usmeni ispit	34%	1.5
	praktični dio ispita	50%	1,5			
				ukupno	**3.0 ECTS**	
Obvezna literatura	1. Sertić, H. (2004). Osnove borilačkih sportova. Kineziološki fakultet, Zagreb.					
Dopunska literatura	Lucić, J., Gržeta, M. (2006). Judo u hrvatskoj vojsci –knjiga druga. Zagreb, Ministarstvo obrane Republike Hrvatske. Lucić, J., Gržeta, M. (2000). Judo u hrvatskoj vojsci –knjiga prva. Zagreb, Ministarstvo obrane Republike Hrvatske.					
Način praćenja kvalitete	Evidencija pohađanja teoretskih, teoretsko praktičnih predavanja i vježbi. Evidencija aktivnog praćenja nastave putem vlastitih bilješki i aktivnog vježbanja. Provjeravanje znanja iz praktičnog dijela predmeta . Provjera znanja iz teoretskog dijela predmeta.					

ELEMENTARNE IGRE (89448)

nositeljica predmeta		**izv. prof. dr. sc. Maja Horvatin**	
kancelarija		40/4	
konzultacije		prema dogovoru mailom ili osobno na fakultetu	
e-mail		maja.horvatin@kif.hr	
telefon		+385013658606	
vanjski suradnik		**Dario Maravić, mag. cin.**	
e-mail		dario.maravic@kif.hr	
vanjska suradnica		**Jana Dobrinić, prof.**	
e-mail		jana.dobrinic@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	Izborni
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica (S + V) dvorana		
način izvođenja nastave	45 (9P + 18TPP + 18 V) Izvedbeni sati: 20P*	očekivani broj studenata na predmetu	60
ciljevi predmeta	Ciljevi predmeta su kod studenata/ca stvoriti kompetencije za optimalan izbor i sadržajno primjenjive elementarne igre za razvoj pojedinih antropoloških obilježja sudionika/igrača u području edukacije, sporta i sportske rekreacije.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Poznavanje i klasifikacija igara. Vrste i obilježja elementarnih igara. Izbor igara prema uzrastu (igre za djecu predškolske dobi, mlađe – starije školske dobi, srednjoškolci, studenti, odrasli). Izbor igara usmjerenih na razvoj motoričkih sposobnosti (igre brzine, igre snage, igre spretnosti…) i na razvoj kondicijskih sposobnosti. Izbor igara uz primjenu različitih pomagala. Izbor igara s obzorom na specifičnosti prostora. Izbor igara u različitim organizacijskim oblicima rada. Štafetne igre. Ekipne igre. Elementarne igre s bazičnim elementima pojedine sportske discipline i/ili sporta. Elementarne igre u rekreaciji. Elementarne igre u vrhunskom sportu. Elementarne igre primjerene osobama s posebnim potrebama.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti/ce će moći: - razumjeti ulogu elementarnih igara u svakodnevnom životu, na satu tjelesne i zdravstvene kulture, u rekreaciji i sportskom treningu; - primijeniti adekvatne ili primjerene igre s obzirom na: dob, spol, razinu motoričkih i funkcionalnih sposobnosti, razinu motoričkih znanja, specifičnosti pojedine sportske discipline i/ili sporta, mogućnosti igrača, materijalne mogućnosti i uvjete rada; - izraditi i osmisliti samostalno igru vodeći računa o specifičnostima igrača i cilju igre; - analizirati i prepoznati prednosti i nedostatke pojedine igre s obzirom na njezin cilj i zadatke, sadržajnu, organizacijsku i praktičnu primjenjivost; - raditi u manjim timovima pri osmišljavanju igre i izradi seminarskog rada; - prezentirati igru u sklopu praktičnog dijela ispita.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**Teorijska predavanja** (P) 1. Klasifikacija igara; karakteristike, vrste i obilježja elementarnih igara, štafetne igre, ekipne (3 sata) 2. Karakteristike elementarnih igara prema uzrastu, uz primjenu različitih organizacijskih oblika rada i različitih sprava i pomagala (3 sata) 3. Elementarne igre za razvoj bazičnih motoričkih sposobnosti i elementarne igre primjerene osobama s posebnim potrebama (3 sata)		

	Teorijsko-praktična predavanja i vježbe (svaka se tema obrađuje 3TPP+3V) 1. Elementarne igre za djecu predškolske dob 2. Elementarne igre s primjenom prirodnih oblika kretanja I 3. Elementarne igre s primjenom prirodnih oblika kretanja II 4. Štafetne igre 5. Elementarne igre za razvoj motoričkih sposobnosti 6. Elementarne igre primjerene osobama s posebnim potrebama
obveze studenata	- Redovito pohađati nastavu (obavezni su redovito sudjelovati na 80% nastave (uključujući sve segmente nastave: teoretska, teoretsko-praktična predavanja i vježbe) što je u skladu s općim pravilima o pohađanju nastave Kineziološkog fakulteta); - aktivno i angažirano sudjelovati u nastavi stvarajući radno i poticajno ozračje; - izraditi seminarski rad; - uspješno savladati praktični dio ispita (kvalitetnim izborom, vođenjem, demonstracijom i provedbom igre); - pozitivno položiti usmeni dio ispita.

praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	20%	0.50	Pismeni ispit	25%	0.75
	Praktični rad	25%	0.75	Usmeni ispit	30%	1
				ukupno	**3.0 ECTS**	

obvezna literatura	1. Allu'e J.M. (2003). Velika knjiga igara. Zagreb: Profil International. 2. Batllori J., Fontán, S., Lozano, E. (2008). Velika knjiga igara 2 – 250 najboljih igara za svaku dob. Zagreb: Profil International. 3. Horvatin-Fučkar, M. (2012). Primjena elementarnih igara u uvodnom dijelu sata. Zagreb: Simpozij Školski sport, 2012. *https://webmedia.skolski-sport.hr/simpozij2012/horvatin.html* 4. Horvatin-Fučkar, M., Dobrinić, J., Stojsavljević, V. (2016). Štafetne igre. U V. Findak (ur.) Zborniku radova 25. Ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske *Kineziologija i područje edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije u razvitku hrvatskog društva,* Poreč (str. 614-619). Zagreb: Hrvatski kineziološki savez. – stručni rad 5. Hrs, J., Horvatin-Fučkar, M., Vlašić, J. (2011). Elementarne igre za slijepe o slabovidne osobe. u: Zbornik radova (ur. Andrijašević, M., Jurakić, D.) Međunarodne znanstveno-stručne konferencije ”Sportska rekreacija u funkciji zdravlja”. Osijek, 26. ožujka 2011., Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 305-310. 6. Koritnik, M. (1978). 2000 igara. Zagreb: Zadružna štampa.
dopunska literatura	1. Horvatin, M., Maravić, D., Dobrinić, L., Dobrinić, J., Ciliga D. (2018). Elementarne igre za osobe u invalidskim kolicima. U V. Babić (ur.) zborniku radova 27. Ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske. Primjeri dobre prakse u području edukacije, sporta, sportske rekreacije I kineziterapije. Poreč, 27. – 30. lipnja 2018., (str. 385-388). Zagreb: Hrvatski Kineziološki savez. 2. Horvatin-Fučkar, M. (2011). Primjena elementarnih igara u sportskim programima. Seminar voditelja Univerzalne športske škole, "Univerzalna športska škola" Zagreb, 19. i 20. studenog 2011. Zagreb: Hrvatski školski športski savez, Agencija za odgoj i obrazovanje *Education and Teacher Training Agency*, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. (8 str.) objavljeno http://www.skolski-sport.hr/seminar-za-voditelje-usš-4457.html, 3. Ivanković, A. (1982). Tjelesne vježbe i igre u predškolskom odgoju. Zagreb: Školska knjiga. 4. Ivkovčić, P., Vlašić, J., Horvatin, M. (2018). Igre gumi-gumi elastičnom trakom. U V. Babić (ur.) zborniku radova 27. Ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske. Primjeri

	dobre prakse u području edukacije, sporta, sportske rekreacije I kineziterapije. Poreč, 27. – 30. lipnja 2018., (str. 175-181). Zagreb: Hrvatski Kineziološki savez. 5. Nemec, P., Nemec, V. (2009). Elementarne igre i njihova primena. Beograd: SIA. 6. Šimek, S., Čustonja, Z. (2003). Elementarne igre u kondicijskoj pripremi sportaša. u: Milanović, D., Jukić, I. (ur.) Zbornik radova Međunarodnog znanstveno-stručnog skupa 'Kondicijska priprema sportaša', Zagreb, 21. – 22. 02. 2003., 278-283.
način praćenja kvalitete	Studenti/ce će aktivno sudjelovati na nastavi, o čemu će biti vođena evidencija. Nakon odslušanog programa nastave izraditi će seminarski rad (evidentiran ocjenom), na temelju kojeg će se provesti praktični dio ispita (ocjena). Povremeno će se studentima/cama dati anonimne ankete temeljem koje će ocjenjivati rad nastavnika i suradnika, te predložiti eventualne izmjene i dopune programa rada.

IGRE U VODI (117517)

nositeljica predmeta		**izv. prof. dr. sc. Dajana Zoretić**	
kancelarija		39	
konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		dajana.zoretic@kif.hr	
telefon		+38513658639	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	Izborni
semestar	II, IV, VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	45(27P+18V) Izvedbeni sati: 20P*	očekivani broj studenata na predmetu	30
ciljevi predmeta	Predmet će pružiti studentima dobivanje osnovnih znanja iz kretanja kroz vodu, ponašanja u vodi i mjerama opreza pri boravku u vodi. Također će biti osposobljeni za provođenje različitih igara u vodi u svrhu organizacije i provođenja sportskih i rekreativnih programa, programa navikavanja na vodu, programa učenja plivanja neplivača, programa ljetnih sportskih kampova i svih ostalih programa vezanih za vodu. Biti će upoznati i s osnovama plivanja slobodnog, leđnog i prsnog načina plivanja, te metodskim postupcima učenja skoka na noge i skoka na glavu i to sve primjenom adekvatnih igara.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Student ovim izbornim predmetom stječe znanja, vještine i osnovne kompetencije za organizaciju i provođenje različitih igara u vodi. Time stvara i preduvjet za primjenu ovih znanja za privikavanje osoba na vodu, za učenje plivanja neplivača, u sportskoj rekreaciji, u različitim fitnes programima i dr.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: Razumjeti osnovna pravila i zakonitosti ponašanja tijela u vodi Provoditi različite igre u vodi u svrhu programa navikavanja na vodu i poučavanja neplivača Plivati osnovnim plivačkim tehnikama (kraul, prsnim i leđnim načinom plivanja) Moći naučiti neplivača plivati Primijeniti metodske postupke za učenje skoka na noge Primijeniti metodske postupke za učenje skoka na glavu		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**Teorijska predavanja** 1. Voda i njene karakteristike, osnovni načini kretanja kroz vodu i plivanja (2P). 2. Igra kao sredstvo različitih programa u vodi, podjela igara u vodi i osnovna didaktička pomagala i sredstva u vodi (1P). 3. Poduka neplivača kroz igre (2P). 4. Mjere opreza kod boravka u vodi (1P). **Teorijsko praktična predavanja i vježbe na bazenu** 1. Načini kretanja kroz vodu (slobodni način plivanja, leđni način plivanja, prsni način plivanja) (2P) 2. Igre za kretanje kroz vodu (igre sa slobodnim načinom plivanja, igre s leđnim načinom plivanja, igre s prsnim načinom plivanja (2V) 3. Korištenje različitih pomagala i sredstava za vodu (2P) 4. Primjena različitih pomagala i sredstava u pojedinim igrama i fazama poduke neplivača (2V) 5. Navikavanje na vodu kroz igre (igre imitacije, igre s pravilima, štafetne igre)(6P)		

	6. Igre za navikavanje na vodu (igre za navikavanje na karakteristike vode, igre za uranjanje glave u vodu, igre za gledanje pod vodom, bez i s korištenjem različitih pomagala)(2V) 7. Igre za navikavanje na vodu (igre za izdisanje pod vodom, igre za plutanje, igre za klizanje, bez i s korištenjem različitih pomagala)(2V) 8. Igre za navikavanje na vodu (igre za ronjenje, vježbe sigurnosti i snalažljivosti u vodi, bez i s korištenjem različitih pomagala)(2V) 9. Skok na noge i skok na glavu (metodski postupak učenja skoka na noge i skoka na glavu)(2P) 10. Igre za skokove na noge i skokove na glavu (2V)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivan rad na nastavi, sudjelovanje u provođenju testiranja.					
praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	20%	0.50			
	Praktični rad	50%	1,5	Usmeni ispit	30%	1
				ukupno	**3.0 ECTS**	
obvezna literatura	1. Grčić-Zubčević, N., V. Marinović (2009). 300 igara u vodi za djecu predškolske dobi. Zagreb: autorska naklada. 2. Volčanšek, B. (1985). Plivačke tehnike. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu					
dopunska literatura	1. Grčić-Zubčević, N., G. Leko. (2000). Igra kao sredstvo učenja plivanja neplivača. U: Zbornik radova 9. Zagrebački sajam sporta i nautike, Znanstveno– stručno savjetovanje, (ur.M.Andrijašević), str. 121-126, Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu. 2. Grčić-Zubčević,N. (2002). Specifična pomagala i sredstva u funkciji obuke plivanja. Sport za sve, glasnik Hrvatskog saveza za sportsku rekreaciju, 20 (31):12-15. 3. Grčić-Zubčević, N. (1996). Korištenje obruča u nastavi učenja plivanja. Edukacija, rekreacija, Sport. Rijeka, 15 (5):1-5.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					

JEDRENJE U MALIM KLASAMA (150242)

nositelj predmeta		**izv.prof. dr. sc. Nikola Prlenda**				
kancelarija						
konzultacije						
e-mail		nikola.prlenda@kif.hr				
telefon		+38513658703				
studijski program	Stručni studij	status predmeta			Izborni	
semestar	II, IV, VI.	godina studija			III.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost			3.0 ECTS	
mjesto izvođenja						
način izvođenja nastave		očekivani broj studenata na predmetu			15	
ciljevi predmeta						
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi						
očekivani ishodi učenja na razini predmeta						
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave						
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivan rad na nastavi, sudjelovanje u provođenju testiranja.					
praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	20%	0.50			
	Praktični rad	50%	1,5	Usmeni ispit	30%	1
				ukupno	**3.0 ECTS**	
obvezna literatura						
dopunska literatura						
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					

NOGOMET (89450)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić**	
kancelarija		157	
konzultacije		srijedom od 10.00 do 11.30	
e-mail		valentin.barisic@kif.hr	
telefon		+38513658757	
nastavnik		**dr. sc. Tihana Nemčić Bojić**	
konzultacije		70	
e-mail		prema dogovoru putem e-maila	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	izborni
Semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A2 (S) dvorana B (V) dvorana B		
način izvođenja nastave	45(9 P + 36V) Izvedbeni sati: 20P*	očekivani broj studenata na predmetu	60
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je pripremiti i osposobiti/školovati studenta za izvođenje osnovnih nogometnih sadržaja u sklopu svoje specijalnosti kroz stručni rad u klubovima i sličnim organizacijama. Cilj je upoznati studente s poviješću, pravilima i organizacijom nogometnih natjecanja, tehnikom, metodikom poučavanja i osnovama taktike nogometne igre..		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Primjenjivati znanja u sklopu svoje specijalnosti. Studenti će bti osposobljeni za primjenu osnovnih nogometnih sadržaja kao dodatni podražaj za provođenje trenažnih operatora u sklopu svoje specijalnosti, odnosno izabranog usmjerenja.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: razumjeti poziciju nogometne igre u različitim klasifikacijama sportova, demonstrirati praktično i verbalno osnovna znanja o nogometnoj tehnici, metodici poučavanja i o osnovama taktike, identificirati utjecaje i doprinose pojedinih motoričkih znanja i sposobnosti situacijskoj učinkovitosti u nogometnoj igri ili odsječcima igre.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja (P) 1. Povijesni razvoj nogometa (2 sata) 2. Kineziološka i strukturalna analiza nogometa (2 sata) 3. Elementarna tehnika nogometaša i metodika obučavanja (2 sata) 4. Taktika nogometne igre (2 sata) 5. Specifičnosti kondicjske pripreme nogometaša (1 sat) Praktična predavanja (vježbe) 1. Tehnika kretanja igrača bez lopte (4 sata) 2. Vođenja lopte(2 sata) 3. Udarci po lopti nogom(2 sata) 4. Udarci po lopti glavom(2 sata) 5. Primanje lopte (na principu amortizacije i nakon odbijanja lopte od podloge) (6 sata) 6. Prijenosi lopte(2 sata) 7. Oduzimanja lopte(2 sata) 8. Varke u igri (driblinzi i fintiranja) (4 sata) 9 Tehnika vratara (bez lopte i s loptom) (2 sata) 10. Igra u različitim brojčanim odnosima – mali nogomet (4:4, 5:4, 5:5, 6:5, 6:6) (6 sata) 11. Natjecanje u grupi (4 sata)		

Obveze studenata						
Praćenje rada studenata	aktivnost na nastavi	15%	0.5	praktični ispit	37%	0,5
	pismeni ispit	12%	1	usmeni ispit	36%	1
				ukupno	**3 ECTS**	
Obvezna literatura	1. Barišić, V. (2007). Kineziološka analiza taktičkih sredstava u nogometnoj igri. Zagreb: Kineziološki fakultet. Doktorska disertacija. 2. Dujmović, P. (2006). Škola suvremenog nogometa. Zagreb: Zagrebački nogometni savez. 3. Pravila nogometne igre (2018). Zagreb: Hrvatski nogometni savez.					
Dopunska literatura	1. Marković, G., Bradić, A. (2008). Nogomet - integralni kondicijski trening. Zagreb: Grafički zavod Hrvatske. 2. Priručnik za nogometne trenere (2008). UEFA A. Zagreb: Nogometna akademija Hrvatskoga nogometnog saveza. 3. Nogometni leksikon (2004). Zagreb: Leksikografski zavod Miroslav Krleža.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					

KOŠARKA (89449)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Damir Knjaz**	
kancelarija		154	
konzultacije		**utorkom 13.00 do 13.30 sati** **i prema dogovoru mailom**	
e-mail		damir.knjaz@kif.hr	
telefon		+38513658754	
nastavnik		**prof. dr. sc. Bojan Matković**	
kancelarija		153	
konzultacije		**utorkom 13.00 do 13.30 sati** **i prema dogovoru mailom**	
e-mail		bojan.matkovic@kif.hr	
telefon		+38513658753	
nastavnik		**izv. prof. dr. sc. Tomislav Rupčić**	
kancelarija		156	
konzultacije		po dogovoru putem e-maila	
e-mail		tomislav.rupcic@kif.hr	
telefon		+38513658756	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	izborni
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A1 (S) 2/3 velike dvorane (V) 1/3 velike dvorane		
način izvođenja nastave	45(9TP+18TPP+18V) Izvedbeni sati: 20P*	očekivani broj studenata na predmetu	30
ciljevi predmeta	Steći osnovna znanja iz područja povijesti, pravila i organizacije košarkaške igre. Biti u mogućnosti samostalno provoditi osnovne trenažno/rekreacijske procese s posebnim naglaskom na košarkaške vježbe i programe. Organizirati košarkaška natjecanja kao i odabrati adekvatne košarkaške vježbe i igre sa ciljem razvoja pojedinih sposobnosti i osobina djece, mladih i odraslih. Odabrati adekvatne metode učenja i prenošenja znanja sa ciljem kvalitetnijeg procesa učenja.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći osnovna teorijska i praktična znanja iz područja košarkaške igre sa svrhom primjene tih znanja u područjima sporta, sportske rekreacije i kineziterapije		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti osposobljeni za: - primjenjivati košarkaške igre i vježbe kao sredstvo rekreacije, - poznavati postupak i razvoj košarke, - primjenjivati pravila košarke tijekom igre, - poznavati utjecaj učenja, treniranja, vježbanja i igranja košarke na psihosomatski status djece, mladeži i odraslih, - poznavati karakteristike, sposobnosti i osobine igrača koje su značajne za uspješno igranje košarke, - poznavati strukturu momčadi te osnovne modele igre,		

	- poznavati biomehaničku analizu i metodičke postupke učenja osnovnih elemenata tehnike napada i obrane - poznavati analizu i metodičke postupke kod učenja osnova individualne taktike napada i obrane, grupne taktike napada i obrane, kolektivne taktike napada, - poznavati osnovne metode i opterećenja, sredstva, pomagala i oblike rada kod poučavanja i treniranja, -poznavati primjenu specifičnih i situacijskih košarkaških mjernih instrumenata.
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja: 1. Uvodno predavanje – obaveze, prava… (1P) 2. Povijest i razvoj košarke u svijetu i Hrvatskoj (2P) 3. Pravila i primjena pravila košarkaške igre (1P) 4. Analiza i metodika elemenata tehnike košarkaške igre (3P) 5. Analiza i metodika košarkaške taktike (2P) Teorijsko-praktična predavanja i vježbe: 1. Inicijalna provjera znanja studenata (1V) 2. Osnovni i napadački stav s loptom i pivotiranje, Vođenje lopte u mjestu i pravocrtnom kretanju (2TPP + 2V) 3. Ubacivanje nakon vođenja tehnikom odozgora (osnovno ubacivanje), polazak u vođenje (1TPP + 1V) 4. Dodavanje i hvatanje lopte u mjestu (1TPP + 1V) 5. Dodavanje i hvatanje lopte u kretanju, ubacivanje nakon dodane lopte, polazak u vođenje tijekom kretanja (1TPP +1V) 6. Obrambeni stav i kretanje u stavu (1TPP + 1V) 7. Promjena pravca i tempa kretanja sa i bez lopte, ubacivanje nakon okreta tehnikom odozgora (2TPP + 2V) 8. Zaustavljanje nakon hvatanja dodane lopte te nakon (2TPP + 2V) 9. Horog, skok šut, šut jednom rukom s grudiju iz mjesta, zagrađivanje (2TPP + 2V) 10. Protunapad, Individualna taktika igrača u obrani i napadu, Ekran (blokade) i obrana od blokada (2TPP + 1V) 11. Timske obrane (čovjek-čovjek; presing; zonska obrana; zonski presing; kombinirana obrana) (2TPP + 1V) 12. Napad na timske obrane (čovjek-čovjek; presing; zonska obrana; zonski presing; kombinirana obrana) (2TPP + 1V) 13. Demonstracija, objašnjenje i uvježbavanje praktičnih ispitnih pitanja (2V)
Obveze studenata	

Praćenje rada studenata	pohađanje nastave			pismeni ispit	25%	0,75			
	usmeni ispit	25%	0,75	praktični rad	50%	1,5	ukupno	**3.0 ECTS**	

Obvezna literatura	1. Tocigl, I. (1998). Košarkaški udžbenik. Split: Fakultet prirodoslovno-matematičkih znanosti i odgojnih područja Sveučilišta u Splitu, Zavod za fizičku kulturu. 2. Matković, B. (ur). (2010). Antropološka analiza košarkaške igre. Zagreb: Kineziološki fakultet, Hrvatski košarkaški savez. 3. FIBA (2005). Košarka za mlade igrače. Zagreb: Udruga hrvatskih košarkaških trenera.
Dopunska literatura	1. Krause, J, Meyer, D., Meyer, J. (2004). Košarkaške vježbe i vještine. Zagreb: Hrvatski košarkaški savez 2. Knjaz, D., Osvaldić, A., Štemberger, V. (2010). Specifičnosti rada te uloga sportskog učitelja u programu s djecom predškolske dobi. Zbornik radova 19. Ljetna škole kineziologa RH. Str.: 483-487.

	3. Knjaz, D., Pavlović, D. (2006) Organizacija turnira i natjecanja u programima mini košarke. Time out. Udruga Hravtskih košarkaških trenera. Br.: 15, str.: 46-47 4. Knjaz, D., Rupčić, T., Verunica, Z. (2007). Razvoj koordinacije kroz senzitivna razdoblja s posebnim naglaskom na košarkaške programe. 16. Ljetna škola Kineziologa RH. Zbornik radova, Poreč, str.: 444-449
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.

ODBOJKA (89451)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomica Rešetar**	
kancelarija		42	
konzultacije		Utorkom, od 9 do 10 sati uz prethodnu najavu e-poštom.	
e-mail		tomica.resetar@kif.hr	
telefon		+38513658669	
nastavnik		**prof. dr. sc. Nenad Marelić**	
Kancelarija		41	
Konzultacije		Utorkom u 9:00 sati	
e-mail		tomislav.djurkovic@kif.hr	
Telefon		+38513658641	
nastavnik		**izv. prof. dr. sc. Tomislav Đurković**	
kancelarija		40/1	
konzultacije		Utorkom od 9-10 sati uz prethodnu najavu putem e - maila.	
e-mail		tomislav.djurkovic@kif.hr	
telefon		+38513658641	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	izborni
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A1 (S) 2/3 velike dvorane (V) 1/3 velike dvorane		
način izvođenja nastave	5(9TP+18TPP+18V) Izvedbeni sati: 20P*	očekivani broj studenata na predmetu	30
ciljevi predmeta	Pružiti osnovne teorijske informacije o različitim oblicima odbojkaške igre, pravilima i njihovoj primjeni u rekreaciji, kondicijskoj pripremi i primjeni odbojke u ostalim sportovima. Praktično prikazati osnovne odbojkaške elemente i njihovu primjenu u igri, te posebno se osvrnuti na modificirane odbojkaške igre i njihovu praktičnu primjenu u sportu, rekreaciji.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će se osposobiti i steći osnovna praktična i teorijska znanja iz odbojke. Po završetku, osim razumijevanja elementarnih teorijskih spoznaja osposobit će se za demonstraciju osnovnih odbojkaških elemenata.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će tijekom nastave ovladati osnovnim odbojkaškim elementima i modificiranim odbojkaškim igrama - servis,prijem servisa,dizanje,smeč,blok,obrana polja, modificirane igre.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja 1. Povijesni razvoj odbojke, Pravila odbojke (4P) 2. Strukturalna analiza odbojke, Primjena odbojke u rekreaciji i sportu (5P) Teorijsko-praktična predavanja i vježbe (svaka nastavna tema se obrađuje 3TPP + 3V) 1. Srednji odbojkaški stav, Vršna odbijanja,Igre 1 : 1 2. Podlaktična odbijanja, Igre 2:2 3. Donji servis, Mini odbojka (3 : 3) 4. Servisi bez rotacije, Igre 4 : 4. Rotacijski servisi. 5. Smeč visoke lopte, Blok 6. Igra 6 : 6 – Sustav 6 : 0,		
Obveze studenata	studenti su dužni prisustvovati nastavi.		

	pohađanje nastave	20%	0,5	pismeni ispit	10%	0,5			

Praćenje rada studenata	usmeni ispit	20%	1	praktični rad	50%	1	ukupno	**3.0 ECTS**
Obvezna literatura	1. Janković, V., Marelić, N. (2003). Odbojka za sve. Zagreb: Autorska naklada. 2. Marelić, N., Marelić, S., Đurković, T., Rešetar, T. (2008). Nastavne teme iz odbojke za osnovne škole – priručnik za učitelje tjelesne i zdravstvene kulture. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu 3. Službena pravila odbojke. (2010). Zagreb: Hrvatski odbojkaški savez							
Dopunska literatura	1. Janković, V., Marelić, N. (1995). Odbojka. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu. 2. Janković, V., Đurković, T., Rešetar, T. (2009). Uvod u specijalizaciju igračkih uloga u odbojci. Zagreb: Autorska naklada							
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.							

PLIVANJE (89454)

nositeljica predmeta		**izv. prof. dr. sc. Dajana Zoretić**				
kancelarija		39				
konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a				
e-mail		dajana.zoretic@kif.hr				
studijski program	Stručni studij	status predmeta		izborni		
semestar	II.	godina studija		II.		
uvjeti za upis predmeta	Odslušana nastava iz predmeta Plivanje.	bodovna vrijednost		3.0 ECTS		
mjesto izvođenja	predavaonica + bazen Mladost					
način izvođenja nastave	45(27P+18V) Izvedbeni sati: 20P*	očekivani broj studenata na predmetu		30		
ciljevi predmeta	Upoznati studente s teorijskim i praktičnim osnovama plivačkog sporta, te mogućnošću primjene plivanja u ostalim sportskim aktivnostima.					
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći uvid u osnove plivačke tehnike (kraul, leđno, prsno, dupin). Moći će kvalitetno plivati osnovnim plivačkim tehnikama kraul, prsno, i leđno, te ih koristiti u području primijenjene kineziologije.					
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: Usvojiti temeljna teorijska i praktična znanja iz osnovnih plivačkih tehnika. Razumjeti osnovna pravila i zakonitosti ponašanja tijela u vodi. Moći primijeniti pojedinu plivačku tehniku u području rekreacije, ostalih sportova i kineziterapije.					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja 1. Povijest plivanja, zakonitosti tijela u vodi u mirovanju i kretanju (2P) 2. Kraul tehnika (povijest, tehnika, pravila) (1P) 3. Leđna tehnika (povijest, tehnika, pravila) (1P) 4. Prsna tehnika (povijest, tehnika, pravila) (1P) 5. Dupin tehnika (povijest, tehnika, pravila) (1P) Teorijsko praktična predavanja i vježbe na bazenu 1. Disanje, ponašanje tijela u hidrostatičkom i hidrodinamičkom položaju (2P) 2. Poučavanje disanja, plutanja i klizanja (2V) 3. Skok na glavu i plivački startni skokovi (2P) 4. Poučavanje skoka na glavu i plivačkih startnih skokova (2V) 5. Kraul tehnika plivanja, kraul okret (2P) 6. Poučavanje kraul tehnike plivanja s pripadajućim okretom (2V) 7. Leđna tehnika plivanja, leđni okret (2P) 8. Poučavanje leđne tehnike plivanja s pripadajućim okretom (2V) 9. Prsna tehnika plivanja, prsni okret (2P) 10. Poučavanje prsne tehnike plivanja s pripadajućim okretom (2V) 11. Dupin tehnika plivanja, dupin okret (2P) 12. Poučavanje dupin tehnike plivanja s pripadajućim okretom (2V)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivan rad na nastavi, sudjelovanje u provođenju testiranja.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	20%	0.5	Usmeni ispit	40%	1,25
	praktični rad	40%	1,25			

	ukupno	**3.0 ECTS**
obvezna literatura	1. Volčanšek, B. (1996). Sportsko plivanje. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.) 2. Volčanšek, B. (2002). Bit plivanja. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.	
dopunska literatura	1. Leko, G. (2008). Slobodni način plivanja – kraul. Zagreb: Promo Fit d.o.o. 2. Volčanšek, B. (1985). Plivačke tehnike. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu. 3. Guzman, R. (2010). Plivanje 128 vježbi. Zagreb: Gopal d.o.o.	
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.	

RUKOMET (89455)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Katarina Ohnjec**	
kancelarija			
konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		katarina.ohnjec@kif.hr	
telefon			
nositelj predmeta		**doc. dr. sc. Igor Gruić**	
kancelarija			
konzultacije			
e-mail		igor.gruic@kif.hr	
telefon			
studijski program	Stručni studij	status predmeta	izborni
semestar	II.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica + dvorana		
način izvođenja nastave	45(9TP+18TPP+18V) Izvedbeni sati: 20P*	očekivani broj studenata na predmetu	30
ciljevi predmeta	Cilj je upoznati studente s poviješću, pravilima i organizacijom rukometnih natjecanja, tehnikom, metodikom poučavanja i osnovama taktike rukometne igre.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će se osposobiti i steći osnovna praktična i teorijska znanja iz rukometa. Po završetku, osim razumijevanja elementarnih teorijskih spoznaja osposobit će se za demonstraciju osnovnih rukometnih elemenata.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: razumjeti poziciju rukometne igre u različitim klasifikacijama sportova, demonstrirati praktično i verbalno osnovna znanja o rukometnoj tehnici, metodici poučavanja i o osnovama taktike, identificirati utjecaje i doprinose pojedinih motoričkih znanja i sposobnosti situacijskoj učinkovitosti u rukometnoj igri ili odsječcima igre.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja 1. Povijesni razvoj rukometa u svijetu i Hrvatskoj (1P) 2. Kineziološka i strukturalna analiza rukometa (1P) 3. Pravila rukometne igre (1P) 4. Tehnika rukometne igre (2P) 5. Metodika obučavanja elemenata tehnike rukometne igre (2P) 6. Osnove taktike rukometne igre (1P) 7. Mini rukomet i rukomet na pijesku (1P) Teorijsko praktična predavanja i vježbe 1. Tehnika igrača u napadu bez lopte (stavovi, uspostavljanje kretanja, start i startno ubrzanje, zaustavljanja, promjene pravca kretanja, odrazi, prizemljenja) (1TPP+1V) 2. Struktura kretanja igrača s loptom (stavovi, držanja lopte, primanja lopte – hvatanje, zaustavljanje, pobiranje i preuzimanje) (2TPP+2V) 3. Kretanja igrača s loptom (vođenje, koracima, okretima) (1TPP+1V) 4. Bacanja lopte (dodavanja – osnovno i specifična) (2TPP+2V) 5. Hvatanje i dodavanje lopte u kretanju (1TPP+1V) 6. Hvatanje i dodavanje lopte u kretanju u specifičnim uvjetima rukometne igre (1TPP+1V)		

	7. Šutiranje iz uporišta (osnovni udarac, udarac u visini boka – Jensen, „produženi“ udarac u visini boka – Selec, udarac u visini koljena – Liebking, šut s otklonom trupa – polueret, šut s okretom – šrauba) (2TPP+2V) 8. Šutiranje iz skoka (skok šut, skok šut s opruženom rukom, skok šut izbačaj u visini boka, skok šut polueret, skok šut šrauba) (2TPP+2V) 9. Šutiranje s krilnih pozicija (lijevo krilo) (1TPP+1V) 10. Šutiranje s krilnih pozicija (desno krilo – polueret) (1TPP+1V) 11. Šutiranje s pozicije kružnog napadača s prizemljenjima (1TPP+1V) 12. Fintiranja (1TPP+1V)					
obveze studenata	Redoviti pohađanje nastave i aktivan rad na nastavi					
praćenje rada studenata	Pismeni ispit	17%	0.5	praktični ispit	33%	1
	usmeni ispit	33%	1	kolokvij	17%	0,5
				ukupno	**3.0 ECTS**	
obvezna literatura	Rules of the Game (Indoor Handball) (2010). službene stranice International Handball Federation IHF (http://ihf.info/files/Uploads/NewsAttachments/0_RuleGame_GB.pdf) na hrvatskom dostupno: Međunarodna pravila rukometne igre (2010). http://www.uhrs.hr/pravila.pdf Šimenc, Z., Pavlin, K., Vuleta, D. (1998). Osnove taktike rukometne igre, Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.					
dopunska literatura						
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					

SAMOOBRANA (89456)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Hvoje Sertić**	
kancelarija		155	
konzultacije		srijedom od 11.30 do 12.30 sati	
e-mail		hrvoje.sertic@kif.hr	
telefon		+38513658755	
nastavnik		**izv.prof. dr. sc. Ivan Segedi**	
kancelarija		140/1	
konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		ivan.segedi@kif.hr	
telefon		+38513658739	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	izborni
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A2 (S) dvorana K (V) dvorana K		
način izvođenja nastave	45(9TP+18TPP+18V) Izvedbeni sati: 20P*	očekivani broj studenata na predmetu	60
ciljevi predmeta	Apsolviranjem predmeta Samoobrana osposobljava se stručni kadar s posebnim znanjima i sposobnostima karakterističnim za rad u rekreaciji, vojsci, policiji i sportu.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta SAMOOBRANA studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima karakterističnim za ovaj borilački sport i njegovu primjenu u: e) edukaciji – obavezni i izvannastavni sadržaji, f) sportu, g) rekreaciji , h) vojsci, policiji i zaštitarskim službama.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Studenti će biti upoznati s dodatnim sadržajima iz područja samoobrane kao polistrukturalne acikličke aktivnosti koja je osnova današnje izobrazbe za borbu „prsa u prsa“ svake vojske i policije - Steći će dodatna znanja o metodama treninga u samoobrani te modelima programiranja spomenute aktivnosti. - Studenti će steći znanja o transferu različitih sadržaja u integriranu sportsku aktivnost – samoobranu. - Studenti će steći znanja o praktičnoj aplikaciji tehnika iz pojedinih borilačkih sportova. - Studenti će steći znanja o principima i načelima obrane od različitih vrsta napada od naoružanog i nenaoružanog napadača. - Studenti će steći znanja o principima i načinu korištenju različitih vrsta kontranapada u svrhu obrane. - Studenti će steći uvid u načela i principe primjenjene samoobrane. - Studenti će razviti spoznaje o utilitarnosti sadržaja samoobrane u različitim specifičnim situacijama.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teoretska predavanja (svaka tema se obrađuje 3 nastavna sata) 1. Kineziološka i antropološka analiza samoobrane 2. Osnovne i specifične metode poučavanja i vježbanja tehnike samoobrane 3. Tehničko-taktička, tjelesna, psihološka i teoretska priprema za samoobranu Teoretsko praktična predavanja i vježbe (svaka tema se obrađuje 3TPP + 3V) 1. Principi i načela obrane od napada dugim oružjem (palica) i kontranapad		

	2. Principi i načela obrane od napada kratkim oružjem (nož, boca i sl.) i kontranapad 3. Principi i načela obrane od napada kratkim vatrenim oružjem 4. Principi i načela obrane primjenom dugog ili kratkog hladnog oružja 5. Svladavanje, vezivanje i sprovođenje izgrednika 6. Strategije i taktike u samoobrani					
Obveze studenata	Aktivno praćenje nastave putem bilješki te aktivno vježbanja tijekom praktičnog dijela nastave					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	16%	0,5	usmeni ispit	34%	1
	praktični dio ispita	50%	1,5			
				ukupno	**3.0 ECTS**	
Obvezna literatura	1. Kosanović, B. (1988). Samoobrana. Zagreb: RMUP – Hrvatska. 2. Banović, I. (1996). Samoobrana Judo, Split: „Intertekstil – Vukovar“. 3. Sertić, H. (2004). Osnove borilačkih sportova. Zagreb: Kineziološki fakultet					
Dopunska literatura	Lucić, J., Gržeta, M. (2006). Judo u hrvatskoj vojsci –knjiga druga. Zagreb, Ministarstvo obrane Republike Hrvatske.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					

STRELJAŠTVO (89459) (32)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Hvoje Sertić**			
kancelarija		155			
konzultacije		srijedom od 11.30 do 12.30 sati			
e-mail		hrvoje.sertic@kif.hr			
telefon		+38513658755			
studijski program	Stručni studij	status predmeta		izborni	
Semestar	IV.	godina studija		II.	
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost		3.0 ECTS	
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A2 (S) dvorana B (V) dvorana B				
način izvođenja nastave	45(9TP+18TPP+18V) Izvedbeni sati: 20P*	očekivani broj studenata na predmetu		31	
ciljevi predmeta	Apsolviranjem predmeta Streljaštvo osposobljava se stručni kadar s posebnim znanjima i sposobnostima karakterističnim za rad u sportu, edukaciji i rekreaciji.				
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Streljaštvo student je stekao osnovna znanja i sposobnosti za ovaj sport i njegovu primjenu u edukaciji i rekreaciji. Uz navedene kompetencije stekao je i osnove za služenje dugim i kratkim zračnim oružjem..				
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će steći znanja o: - specifičnostima i pravilima vježbanja i poučavanja na streljani, - karakteristikama kratkog zračnog oružja, - karakteristikama dugog zračnog oružja, - specifičnostima treninga u streljaštvu, - utjecaju antropoloških sposobnosti i karakteristika za uspjeh u streljaštvu.				
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja (svaka se tema obrađuje 3 nastavna sata) 1. Povijest, organizacija i pravila streljaštva 2. Kineziološka analiza streljaštva 3. Metodika treninga streljaštva Teoretsko-praktična predavanja i vježbe (svaka se tema obrađuje 3TPP+3V) 1. Tehnika stavova kod gađanja zračnom puškom 2. Tehnika ciljanja i okidanja zračnom puškom 3. Tehnika gađanja zračnom puškom 4. Tehnika stavova kod gađanja zračnim pištoljem 5. Tehnika ciljanja i okidanja zračnim pištoljem 6. Tehnika gađanja zračnim pištoljem				
Obveze studenata					
Praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	16%	0.5	praktični ispit	50% 1,5
				usmeni ispit	34% 1
				ukupno	**3 ECTS**
Obvezna literatura	1. Hartnik. A.E. (1997). Pištolji i revolveri enciklopedija. Zagreb: Veble Commerce 2. Sertić, H. (2003). Kondicijska priprema strijelaca. U: Milanović, D., Jukić, I. (ur.), Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa „Kondicijska priprema sportaša“, Zagreb: Kineziološki fakultet i Zagrebački športski savez. 542-549. 3. Vodopivec,V. i sur. (1977). Sportsko streljaštvo. Beograd: SSJ				

Dopunska literatura	1. Reisterer, U. (1993). Methodical teaching programme for specific discipline. U: 2nd basic course for UIT coach 's license. Weisbaden: Training academy,XI/1-7. 2. Stanojević, M. (1977). Streljaštvo. U: Enciklopedija fizičke kulture. Svezak 2. Zagreb: JLZ, 331-356. 3. Sertić, H., Šepec, T., Sertić, S. (2001). Shooting as a recreational sport in the Republic of Croatia. U: Heimer, S., Šepec, T. (ur.) Zbornik radova znanstveno-stručne konferencije 28. europskog prvenstva u streljaštvu (EPUS 2001) Zagreb: EPUS 2001 Organizing Committee. 4. Sertić, H., Vučetić, V. (2002). Diagnostics of motor abilities in national- and international-level shooters. In: Milanović, D., Prot, F. (ur.), Proceedings Book, „Kinesiology – New Perspectives», 3rd International Scientific Conference, Zagreb: Faculty of Kinesiology, University of Zagreb, 375-379. 5. Popek, S., Sertić H., Mejovšek, M., Dobrila, I., Hraski, Ž. (2002). The standing position in shooting – a case study. In: Milanović, D., Prot, F. Proceedings Book, „Kinesiology – New Perspectives“, 3rd International Scientific Conference, Zagreb: Faculty of Kinesiology, University of Zagreb, 689-692.
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.

TRIATLON (150244)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Mario Kasović**	
kancelarija		187	
konzultacije		petkom od 10.00 do 11.00 sati	
e-mail		mario.kasovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658718	
vanjski suradnik		**Martin Papišta, prof.**	
e-mail		martin.papista@kif.hr	
vanjski suradnik		**Ivan Ivezić, prof.**	
e-mail		ivan.ivezic@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	izborni
Semestar	II, IV, VI.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	45 (9P + 18TPP + 18 V) Izvedbeni sati: 20P*	očekivani broj studenata na predmetu	60
ciljevi predmeta	- upoznati studenta s osnovnim karakteristikama triatlona; - korektno svladavanje tehnike pri izvođenju kretnih struktura u sva tri sporta u triatlonu; - usvajanje metodskih postupaka učenja specifične tehnike u sva tri sporta u triatlonu; - upoznati biomehaničke zakonitosti gibanja u sva tri sporta u triatlonu; - usvojiti osnovna teorijska znanja triatlona.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Primijeniti znanja, vještine i teorijska znanja u svrhu razvoja triatlona kao sporta. Educirati i objasniti važnost kretanja u svakodnevnom životu kroz multistrukturalna gibanja u koja spada i triatlon. Identificirati i analizirati mogućnosti organizacije triatlonskih natjecanja svih razina u svrhu razvoja sportskog turizma. Praktična primjena stečenih znanja i vještina kroz sudjelovanje u prilagođenom obliku triatlonskog natjecanja.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	. Studenti će moći: - razumjeti ulogu i značaj svake pojedine discipline u triatlonu, - primijeniti stečena znanja i vještine u poučavanju početnika, - analizirati izvedbu pojedinih kretnih struktura, - sudjelovati u organizaciji natjecanja u triatlonu, - samostalno provoditi modificirane oblike natjecanja u triatlonu, - razumjeti pravila i sustav provedbe natjecanja u triatlonu.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**TEORIJSKA PREDAVANJA** (svaka se tema obrađuje 1 nastavni sat) 1. Triatlon – općenito 2. Biciklizam – općenito 3. Specifičnosti bicikliz 4. ma u triatlonu 5. Izmjene T1 i T2 6. Specifičnosti plivanja i trčanja u triatlonu 7. Sredstva oporavka u triatlonu **TEORIJSKO-PRAKTIČNA PREDAVANJA** (svaka se tema obrađuje 1 nastavni sat)		

	1. Trenažni operatori za razvoj opće aerobne izdržljivosti, brzine i brzinske izdržljivosti u plivanju 2. Trenažni operatori za razvoj opće aerobne izdržljivosti, brzine i brzinske izdržljivosti u biciklizmu 3. Trenažni operatori za razvoj opće aerobne izdržljivosti, brzine i brzinske izdržljivosti u trčanju 4. Trenažni operatori – izmjene T1 i T2 5. Trening snage u triatlonu 6. Fleksibilnost – streching u triatlonu 7. Periodizacija treninga u triatlonu 8. Planiranje trenažnog procesa u triatlonu 9. Mentalna priprema – priprema za natjecanje 10. Važnost uzimanja hrane i tekućine za vrijeme treninga i natjecanja 11. Srčana frekvencija i određivanje opterećenja za svaki pojedini sport u triatlonu 12. Različitosti u trenažnom procesu za pojedine vrste triatlona (sprint - olimpijski - dugi triatlon) **VJEŽBE** (svaka se tema obrađuje 1 nastavni sat) 1. Plivanje u grupi u otvorenoj vodi o masovni start iz vode o masovni start s pontona sa skokom (s povišenja) 2. Plivanje na orijentire – bove u otvorenoj vodi o pojedinačno o u grupi 3. T1 – izlazak iz vode i dolazak u zonu izmjene 4. T1 – skok na bicikl i odlazak iz zone izmjene 5. T2 – silazak s bicikla i ulazak u zonu izmjene 6. T1 + T2 – izmjene 7. Bicikl – vožnja u grupi o pojedinačne smjene o paralelne smjene 8. Bicikl – tehnika vožnje na uzbdici i kroz zavoje 9. Trčanje – trčanje nakon bicikla jednolikim tempom 500 m – 2,5 km 10. Trčanje varijabilnim tempom 2,5 km 11. Super sprint triatlon (250 m plivanje, 6,5 km bicikl, 1,25 km trčanje) Sprint triatlon (750 m plivanje, 20 km bicikl, 5 km trčanje)
Obveze studenata	

Praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	0,3	10%	praktični ispit	0,9	30%
	Pismeni ispit	0,9	30%	usmeni ispit	0,9	30%
				ukupno	**3 ECTS**	

Obvezna literatura	1. Friel, J. (2004). The triathletes Bible (2. izd). Velo Press. 2. Dallam, G., Jonas, S. (2008). Championship Triathlon Training. Champaign, IL: Human Kinetics. 3. Hobson, W., Campbell, C., Vickesrs, M. (2001). Swim, bike, run. Champaign IL: Human Kinetics.
Dopunska literatura	1. Cecil M. Colwin (1998). Plivanje za 21. stoljeće, Gopal. 2. Chambers, K. (2007). ITU Competative Coaching Course Manual. ITU. 3. Evans, M. (1997). Endurance athlete's edge. Champaign IL: Human Kinetics.

	4. Mierke, K. (2005). Triathlon Training Running. A&C Black Ltd. 5. Santos, S. (2008). ITU Competitive Coaching Course, 3 – 10 October, Medulin, 2008.
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.

VATERPOLO (89461)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Goran Leko**	
kancelarija		177	
konzultacije		Četvrtak 12.15 (u semestru kada se izvodi nastava) Srijeda 11.00 (za vrijeme ispitnih rokova i van semestra nastave)	
e-mail		goran.leko@kif.hr	
telefon		+38513658777	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	izborni
Semestar	II, IV, VI.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	45(9TP+18TPP+18V) Izvedbeni sati: 20P*	očekivani broj studenata na predmetu	60
ciljevi predmeta	Tijekom nastave iz Izbornog predmeta Vaterpolo studenti dobivaju osnovne teorijske, teorijsko-praktične te praktične informacije o vaterpolu kao kineziološkoj aktivnosti. Dva su osnovna cilja ovoga predmeta: upoznavanje i usvajanje elemenata vaterpola te upoznavanje i usvajanje svih onih znanja – metodičkih sadržaja poučavanja vaterpola.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći znanja iz osnovnih elemenata vaterpola, metodičkih postupaka u procesu usvajanja tih elemenata te će stečena znanja moći prenositi drugima ili ih primijeniti u situacijskim uvjetima. Studenti će nakon uspješno položenog ispita biti osposobljeni za poučavanje osnovnih elemenata vaterpola kao i za njihovu organizaciju i provedbu u sklopu izvannastavnih i/ili izvanškolskih aktivnosti učenika ili studenata.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: - naučiti učenike i/ili studente osnovama vaterpola, - integrirati osnove vaterpola u plan i program ljetovanja za učenike i/ili studente, - animirati učenike i/ili studente za vaterpolo kao oblik rekreacijske tjelesne aktivnosti, školski sport ili natjecateljski sport,		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja (svaka se tema obrađuje 2 nastavna sata osim teme pod red.br. 1 koja se obrađuje 3 nastavna sata) 1. Razvoj vaterpola 2. Međunarodna pravila vaterpola 3. Kineziološka analiza vaterpola 4. Analiza i metodički postupci poučavanja osnovnih struktura gibanja u vaterpolu 5. Analiza osnovnih sustava igre u obrani 6. Metodički postupci poučavanja taktike u vaterpolu: individualna obrana, zonska obrana, igra s igračem manje 7. Osnovni sustavi i metodika podučavanja igre u napadu: protunapadi, napad s igračem više Teorijsko-praktična predavanja i vježbe (svaka se tema obrađuje 2TPP+2V osim teme pod red.br. 7 koja se obrađuje 6TPP+6V) 1. Gibanja igrača bez lopte – primjena plivačkih tehnika u vaterpolu 2. Vaterpolski kraul i leđni vaterpolski kraul 3. Analiza i metodički postupci poučavanja osnovnih elemenata tehnike s loptom 4. Šutiranja na gol različitim načinima i s različitih pozicija		

	5. Tehnika vratara 6. Metodički postupci poučavanja taktike u vaterpolu: individualna obrana, zonska obrana, igra s igračem manje 7. Osnovni sustavi i metodika podučavanja igre u napadu: protunapadi, napad s igračem više					
Obveze studenata						
Praćenje rada studenata	Kolokviji	50%	1,5	usmeni ispit	50%	1,5
				ukupno	**3 ECTS**	
Obvezna literatura	1. Šimenc, Z. (1977). Vaterpolo. U Enciklopedija fizičke kulture, sv. 2. Zagreb: Jugoslavenski leksikografski zavod. 2. Petanek, D., Šimenc Z. (1988). Razvoj vaterpola kroz promjene pravila igre. U Stručni prilozi (str. 1-18). Zagreb: VSH, 3. Pavičić, L., Šimenc, Z. i Lozovina, V. (1988). Analiza repertoara elemenata vaterpolo tehnike. U Stručni prilozi (str. 19-28). Zagreb: VSH.					
Dopunska literatura	1. Šimenc, Z., Vuleta, D., Bokar, I. i Tkalčić S. (1996). Dijagnostika stanja treniranosti mladih vaterpolista. U Dijagnostika u sportu. Zbornik radova 3. konferencije o sportu Alpe-Jadran, Rovinj (str. 141-144) 2. Šimenc, Z., Vuleta D. (1997). Analiza učinkovitosti hrvatske vaterpolske reprezentacije s igračem više na velikim natjecanjima. U D. Milanović (ur.), Zbornik radova 1. međunarodne znanstvene konferencije «Kineziologija – sadašnjost i budućnost», Dubrovnik (str. 161-163). Zagreb: FFK. 3. Šimenc, Z., Curiš, Z. i Vuleta, D. (1989). Povezanost općih i specifičnih motoričkih sposobnosti vaterpolista početnika. U Zbornik radova IX. ljetne škole pedagoga fizičke kulture, Ohrid. 4. Šimenc, Z., Vuleta, D., Dizdar, D. i Kurjaković, K. (1999). Strukturna analiza pozicije igrača u vaterpolu na temelju procjene nekih antropoloških karakteristika. U D. Milanović (ur.), Zbornik radova 2. međunarodne konferencije «Kineziologija za 21. stoljeće», Dubrovnik (str. 229-232). Zagreb: FFJ. 5. Šimenc, Z., Vuleta, D. i Kurjaković, K. (2000). Utvrđivanje razlika između pobjedničkih i poraženih ekipa na osnovu nekih situacijskih parametaravat erpolo igre. U V. Findak (ur.), Zbornik radova, IX. ljetna škola pedagoga fizičke kulture, Poreč (str. 192-194).					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					

IZVEDBENI PLAN I PROGRAM NASTAVE 2. GODINE STRUČNOG PRIJEDIPLOMSKOG STUDIJA IZOBRAZBA TRENERA

KOORDINATOR 2. – GODINE

izv. prof. dr. sc. Marija Rakovac	
kancelarija	31
konzultacije	Prema dogovoru putem e-pošte
e-mail	marija.rakovac@kif.hr
telefon	+38513658651

III. SEMESTAR

Šifra predmeta	OBAVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
162348	Biomehanika sporta	**prof. dr. sc. Mario Kasović**	45	30		7
162349	Povijest sporta	**izv. prof. dr. sc. Dario Škegro** izv. prof. dr. sc. Zrinko Čustonja	30	15		5
89425	Psihologija sporta	**prof. dr. sc. Renata Barić**	45		30	7
89428	Strani jezik- Engleski	**izv. prof. dr. sc. Darija Omrčen**	15		30	5
123598	Strani jezik- Njemački	**izv. prof. dr. sc. Darija Omrčen**	15		30	5
162350	Teorija i metodika treninga	**izv.prof. dr. sc. Sanja Šalaj** prof. dr. sc. Igor Jukić	60	15		7
		UKUPNO	**195**	**60**	**60**	**31**
Studijski smjer KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA						
162352	Metodika kondicijske pripreme 2	**izv. prof. dr. sc. Luka Milanović**	15		15	2
		UKUPNO	**210**	**60**	**75**	**33**
Studijski smjer FITNES						
162351	Grupni fitness programi 2	**prof. dr. sc. Gordana Furjan Mandić**	24		16	3
		UKUPNO	**219**	**60**	**76**	**35**

BIOMEHANIKA SPORTA (162348)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Mario Kasović**	
Kancelarija		187	
Konzultacije		petkom od 10.00 do 11.00 sati	
e-mail		mario.kasovic@kif.unizg.hr	
Telefon		+38513658718	
vanjski suradnik		**prof. dr. sc. Mladen Mejovšek**	
e-mail		mladen.mejovsek@kif.hr	
studijski program	stručni studij	status predmeta	obvezan
semestar	III.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	7,0 ECTS
mjesto izvođenja	Veliki amfiteatar		
način izvođenja nastave	75 sati = 45P + 30S Izvedbeni sati 28P*	očekivani broj studenata na predmetu	139
ciljevi predmeta	Osnovni cilj predmeta Biomehanika sporta je usvajanje znanja na temelju kojeg će studenti razumjeti mehaniku gibanja muskuloskeletnog sustava, te primjenjivati biomehaničku metodologiju na raznovrsne kineziološke probleme. Biomehaničko znanje stvorit će potrebnu vezu između klasičnih anatomskih i fizioloških spoznaja o lokomotornom sustavu i kineziioloških svojstava raznovrsnih čovjekovih kretnih struktura		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Nakon usvajanja gradiva kolegija Biomehanika sporta student će steći osnovna znanja o mehaničkim zakonitostima funkcije mišićnoskeletnog sustava. Praktična znanja o tehničkim područjima statike, kinetike te kinematike. Steći će znanja o nastanku mišićne kontrakcije te metodama prikupljanja i analize signala. Upoznati će moderne biomehaničke sustave za dijagnostiku ljudskog pokreta koji se koriste u sportu, sportskoj rekreaciji, kondicijskoj pripremi sportaša i fitnesu. Usvojena znanja omogućiti će studentima razumijevanje i praktičnu primjenu rezultata istraživanja u trenažnom procesu).		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - spoznati važnost i ulogu biomehanike u analizi i programiranju transformacijskih procesa - razumjeti mehaničke zakonitosti gibanja - poznavati biomehaničku metodologiju - procesiranje i interpretaciju rezultata dobivenih analizom gibanja - na mrežnim sustavima nalaziti i koristiti demonstracijske programe komercijalnih sustav		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**Predavanja i vježbe:** 1. Uvod u biomehaniku, značaj biomehanike u sportu (P2 2. Definicija i interdisciplinarnost,oprema i mjerenje u biomehanici (P2+S2) 3. Definicija i podjela mehanike, osnovni pojmovi mehanike, zakoni klasične mehanike (P3+S2) 4. Mjerne jedinice, skalari i vektori (P2+S2) 5. Sile koje djeluju na tijelo, sila kao vektorska veličina, težina tijela, sila reakcije oslonca i sila trenja, sile otpora, sile inercije, unutarnje sile (P3+S2) 6. Djelovanje sila u ravnini (P2+S2) 7. Statička i dinamička ravnoteža gibanja (P2+S2) 8. Parametri segmenata tijela: težište tijela, težišta segmenata, težine segmenata (P2+S2) 9. Određivanje momenata inercije čestice, segmenata tijela i tijela u cjelini (P3+S2		

	10. Kinematičke veličine gibanja, diferenciranje kinematičkih podataka (P4+S2) 11. Dinamičke karakteristike gibanja: gibanje čestice i tijela (P2+S2) 12. Izračunavanje dinamičkih veličina gibanja (P4+S2) 13. Biomehanička obilježja muskuloskeletnog sustava: skelet, mišići, reaktivne sile u zglobovima, mehanički rad mišića, uzroci neefikasnosti gibanja (P3+S2) 14. Antropometrijsko mjerenje u biomehanici (P2+S2) 15. Mjerenje kinematičkih signala, mjerenje kinetičkih signala, mjerenje elektromiografskih signala (P4+S2) 16. Postupci redukcije pogrešaka mjerenja (P2+S2) 17. Procejna dinamičkih veličina gibanja pomoću biomehaničkih modela (P3)					
Obaveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	21%	1	kolokviji	47%	3
	seminarski rad	21%	1	usmeni ispit	21%	1
	projekt	21%	1			
				ukupno	**7.0 ECTS**	
Obvezna literatura	1. Mejovšek, M. (1997). Biomehanika sporta. U: Priručnik za sportske trenere (ur. D. Milanović), Fakultet za fizičku kulturu, Zagreb, 359-394. 2. Mejovšek, M. (1995). Dinamička analiza gibanja u športu. u: Pećina, M., Heimer, S. (ur.) Športska medicina. Odabrana poglavlja. Zagreb: Naprijed.					
Dopunska literatura	1. Hraski, Ž., Mejovšek, M. (2004). Production of angular momentum for backward somersault.IASTED International Conference on Biomechanics, Honolulu, Hawaii, USA, pp.10-13 (Indexed in: ISI Proceedings) 2. Blažević, I., Antekolović, Lj., Mejovšek, M. (2006). Variability of high jump kinematic parameters in longitudinal follow-up. Kinesiology, 38(1), 63-71 3. Antekolović, Lj., Dobrila, I., Mejovšek, M., Čoh, M. (2006). Longitudinal follow-up of kinematic parameters in high jump –A case study. New Studies in Athletics, 21(4), 27-37. 4. Mejovšek M., Kasović, M.,Sporiš, G. (2009) Knee Biomechanics in Soccer Players After ACL Reconstruction: Two Years Studie, Proceedings of XXII Congress of the International Society of Biomechanics, Cape Town, South Africa from 5thto 9thJuly 2009. (on CD) 5. Kasović, M.,Potočanac, Z., Cifrek, M., Tudor, A., Mejovšek, M. (2009). Razlike u mišićnoj aktivnosti jednu godinu nakon rekonstrukcije prednje ukrižene sveze koljena. Hrvatski športsko-medicinski vjesnik, (Ur. Matković, B.), volumen 24, broj 2, str. 76-81.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					

POVIJEST SPORTA (162349)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Dario Škegro**	
kancelarija		118	
konzultacije		petkom od 15.00 sati prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		dario.skegro@kif.hr	
telefon		+38513658656	
nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Zrinko Čustonja**	
kancelarija		117	
konzultacije		utorkom od 13.00	
e-mail		zrinko.custonja@kif.hr	
Telefon		+38513658717	
studijski program	stručni studij	status predmeta	obvezan
semestar	III.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	5.0 ECTS
mjesto izvođenja	Veliki amfiteatar		
način izvođenja nastave	45 sati = 30P + 15S Izvedbeni sati 16P*	očekivani broj studenata na predmetu	139
ciljevi predmeta	Osposobiti studente za razumijevanje nastanka i razvoja sporta i trenerskoga poziva u svijetu i Hrvatskoj. Također, cilj je da studenti shvate i bolje razumiju društvene, političke, ekonomske, kulturne i druge čimbenike koji su utjecali na nastanak i razvoj sporta, a posljedično i na pojavu trenera i trenerske struke. Poseban je naglasak na usvajanju koncepta uzročno-posljedičnih veza i razumijevanju mehanizma njihovog djelovanja u povijesti sporta. Bitan cilj predmeta je usvajanje i razumijevanje razvoja metoda i sredstava sportskoga treninga te čimbenika koji su utjecali na razvoj trenažne praksi.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	- Razumijevanje pojave i razvoja sporta i trenerskoga poziva u Hrvatskoj i svijetu - Poznavanje osnovnih informacija o nastanku i razvoju pojedinih sportova, sportskih grana i sportskih pokreta u Hrvatskoj te razumijevanje uloge sporta u razvoju suvremenog hrvatskog društva. - Poznavanje ključnih društvenih, političkih, ekonomskih i dr. čimbenika koji su utjecali na razvoj trenerske struke u Hrvatskoj i svijetu. - Primjena znanja iz povijesti sporta na objašnjavanje i razumijevanje uloge i društvenoga značaja trenera u suvremenom sportu. - Razumijevanje koncepta uzročno-posljedičnih veza i njegova primjena u objašnjavanju prošlih i sadašnjih fenomena koji se javljaju u sportu i trenerskoj praksi. - Poznavanje i razumijevanje razvoja metoda i sredstava sportskoga treninga te čimbenika koji su utjecali na razvoj trenažne prakse		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Poznavanje osnovnih osobina, specifičnosti i razlika u razvoju sporta i trenerskoga poziva u različitim povijesnim razdobljima (Stari vijek, Srednji vijek, Novi vijek i Suvremeno doba). - Sposobnost prepoznavanja ključnih osoba i događaja te njihovih uzroka i posljedica u kronologiji razvoja sporta trenerskoga poziva u Hrvatskoj i svijetu. - Poznavanje i razumijevanje utjecaja društvenih, političkih, ekonomskih kulturnih i dr. čimbenika na pojavu i razvoj sporta u Hrvatskoj i svijetu. - Sposobnost povezivanja događaja iz različitih povijesnih razdoblja kao i njihovo povezivanje sa suvremenim događanjima u sportu i trenerskoj praksi.		

	- Poznavanje glavnih uzroka nastanka, mehanizama razvoja i posljedica ključnih događanja u razvoju sporta i trenerske struke u Hrvatskoj. - Poznavanje i razumijevanje uloge, značaja i specifičnosti sporta i uloge trenera u razvoju hrvatskoga društva. - Razvijanje sposobnosti kritičkog razmišljanja o osobama i događajima iz povijesti trenerskoga poziva te sposobnost komparativnog mišljenja u odnosu na suvremenike i suvremena događanja u trenerskoj struci. - Poznavanje osnovnih metoda treninga i njihovog povijesnog razvoja-Prepoznavanje ključnih događaja koji su obilježili razvoj trenažne prakse u svijetu i Hrvatsko
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**Predavanja** (svaka nastavna tema izvodi se dva nastavna sata) 1. Povijest sporta: definicija područja; predmet proučavanja; ciljevi i zadaće; 2. Povijest sporta i tjelovježbe u svijetu –Stari vijek –Mezopotamija, Egipat, Kreta, Grčka i Rim 3. Povijest sporta i tjelovježbe u svijetu –Stari vijek –Treneri u antici 4. Povijest sporta i tjelovježbe u svijetu –Stari vijek –Antičke olimpijske igre 5. Povijest sporta i tjelovježbe u svijetu –Srednji vijek i Renesansa 6. Povijest sporta i tjelovježbe u svijetu –Novi vijek –Prosvjetiteljstvo, Filantropizam i Gimnastički sustavi 7. Povijest sporta i tjelovježbe u svijetu –Novi vijek –Moderni sport 8. Povijest sporta i tjelovježbe u svijetu –Novi vijek –Pierre de Coubertine i razvoj olimpijskoga pokreta 9. Povijest sporta i tjelovježbe u svijetu –Novi vijek –Razvoj sustava i metoda treninga u 19. i 20. stoljeću 10. Povijest sporta i tjelovježbe u Hrvatskoj –Hrvatska do I. svjetskoga rata -sport i prvi sportski treneri 11. Povijest sporta i tjelovježbe u Hrvatskoj –Hrvatska između dva svjetska rata -nagli razvoj sporta i trenerskoga poziva 12. Povijest sporta i tjelovježbe u Hrvatskoj –Hrvatski sokol i sokolski prednjaci -prvi obrasci sustavnoga trenerskoga rada u Hrvatskoj 13. Povijest sporta i tjelovježbe u Hrvatskoj –Franjo Bučar i početak sustava školovanje trenera u Hrvatskoj 14. Povijest sporta i tjelovježbe u Hrvatskoj –Hrvatska poslije II. svjetskoga rata -treneri postaju ključni čimbenici sustava sporta 15. Povijest sporta i tjelovježbe –Razvoj metoda treninga u svijetu i Hrvatskoj. Razvoj sustava treninga i trenerske prakse.**Seminari** (svaka nastavna tema izvodi se dva nastavna sata) Seminari (svaka nastavna tema izvodi se jedan sat nastave) 1. Uvod u seminarsku nastavu (o seminarskim radovima –način pisanja, izbor i definiranje teme, definiranje cilja seminarskog rada, korištenje izvora, korištenje Interneta kao izvora, znanstvene baze podataka u historiografiji i kineziologiji; usmeno izlaganje seminarskog rada) 2. Uvod u seminarsku nastavu (trenerska struka u svjetskoj i hrvatskoj historiografiji – pregled i upoznavanje s najznačajnijim djelima i pregledima povijesti sporta i razvoja trenerske struke) 3. Gimnasti (učitelji antičke gimnastike) kao temelji sustava odgoja i obrazovanja djece i mladih u antičkoj Grčkoj 4. Društvena i politička dimenzija trenerskoga poziva u antici

	5. Treneri u razdoblju antike -metode rada 6. Analiza prvih trenerskih priručnika i uputa za provođenje treninga sportaša 7. Početak razvoja trenerske struke -Europa 19. stoljeća 8. Usporedba sustava sporta i metoda treninga tzv. „istočnog bloka“ i „zapadnih zemalja“ - Europa 50-ih, 60-ih, 70-ih i 80-ih godina 20. stoljeća 9. Razvoj metoda treninga snage 10. Razvoj metoda treninga izdržljivosti 11. Razvoj metoda treninga brzine 12. .Razvoj trenažne opreme i pomagala 13. Trenerski poziv na kraju 20. stoljeća 14. Razvoj trenerske prakse u Hrvatskoj do II. svjetskoga rata 15. Razvoj trenerske prakse u Hrvatskoj poslije II. svjetskoga rata
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave; sudjelovanje u svim oblicima nastave; izrada i javno izlaganje seminarskog rada

Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	0,5	pismeni ispit	20%	1
	seminarski rad	20%	1	usmeni ispit	50%	2.5
					ukupno	**5.0 ECTS**

Obvezna literatura	1. Jajčević, Z. (2010). Povijest tjelesnog vježbanja i športa. Zagreb: Kineziološki fakultet i Društveno veleučilište u Zagrebu. 2. Čustonja, Z., Jajčević, Z. (2002) Pregled razvoja kondicijske pripreme. Zbornik radova Međunarodnog znanstveno-stručnog skupa‘Kondicijskapripremasportaša’, Zagreb, 21.-22. 02., str. 33-40 3. Jajčević, Z. (2008). Antičke olimpijske igre i moderni olimpijski pokret do 1917. godine. Zagreb: Libera Editio.
Dopunska literatura	1. Čustonja, Z. (2002). Metode rada u sportu antičke Grčke. Zbornik radova 12. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske, Rovinj, 17. do 21. lipnja 2003. str. 125-127. 2. Čustonja, Z., Škegro, D. (2009). Razvoj metoda treninga izdržljivosti. U: Jukić, I. i sur. (ur.) Zbornik radova 7. godišnje međunarodne konferencije Kondicijska priprema sportaša. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Udruga kondicijskih trenera Hrvatske, 20. i 21. veljače 2009., 15-20. 3. Čustonja, Z., Škegro, D. (2010). Razvoj metoda treninga brzine i pliometrije. U: Jukić, I. i sur. (ur.) Zbornik radova 8. godišnje međunarodne konferencije Kondicijska priprema sportaša. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Udruga kondicijskih trenera Hrvatske, 26. i 27. veljače 2010., 119-126 4. Jajčević, Z. (2007). OlimpizamuHrvatskoj. Zagreb: Libera Editio. 5. Čustonja, Z., Škegro, D., Popovčić, A. (2009). Razvoj metodatreninga jakosti kroz povijest. Kondicijski trening 6(2), 70-77.
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.

PSIHOLOGIJA SPORTA (89425)

nositeljica predmeta		**prof. dr. sc. Renata Barić**	
Kancelarija		141	
Konzultacije		Ponedjeljak 12:15-13:15 Konzultacije za studente sportaše - četvrtkom u 13h (potreban prethodni dogovor radi termina)	
e-mail		renata.baric@kif.hr	
Telefon		+38513658741	
Asistentica		**dr. sc. Rebeka Prosoli**	
Kancelarija		137	
Konzultacije		ponedjeljkom od 12.00 do 13.00 sati	
e-mail		rebeka.prosoli@kif.hr	
Telefon		+38513658737	
studijski program	stručni studij	status predmeta	obvezan
semestar	III	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	7 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A2 (V) predavaonica P2		
način izvođenja nastave	75 sati = 45P + 30V Izvedbeni sati 28*	očekivani broj studenata na predmetu	139
ciljevi predmeta	Ovaj predmet daje studentima pregled osnovnih koncepata i spoznaja iz područja psihologijske znanosti. Studenti će se upoznati s definicijom i područjem psihologije, naučit će definirati i objasniti osnovne psihičke procese i njihovu vezu s ponašanjem, tj. upoznat će se s nizom faktora koji utječu na doživljavanje, razvoj i ponašanje pojedinca, kao i posljedicama koje ono proizvodi. Drugim riječima, cilj predmeta je uputiti studente u primjenu spoznaja bazičnih psihologijskih disciplina u tumačenju pojava i rješavanju praktičnih problema u sportu i vježbanju.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Završetkom kolegija Psihologija sporta studenti će steći osnovna znanja o psihološkim pojavama i ponašanju u situacijama sporta i vježbanja. Bolje će razumjeti ponašanja osoba u različitim situacijama i moći će uspješnije planirati i provoditi programe vježbanja u edukaciji, sportu i kineziterapiji. Usvajanjem znanja iz psihologije sporta osposobit će se za suradnju sa sportskim psihologom. - studenti će razumjeti znanstvenu utemeljenost psihologije i njezina predmeta proučavanja (psihički procesi i ponašanje) - studenti će upoznati suvremene psihološke teorije i njihove konstrukte i rezultate suvremenih istraživanja u području opće psihologije i srodnih znanosti - studenti će razumjeti na koji način psihološki faktori djeluju na odabir sporta i tjelesnog vježbanja, tj. usvajanje aktivnog životnog stila, te njegovu povezanost s psihološkim i tjelesnim zdravljem te kvalitetom života - studenti će naučiti na koji način psihološki faktori djeluju na sportsku izvedbu i sportski rezultat - studenti će moći prepoznati i razumjeti različite aspekte individualnog razvoja kroz sport i tjelesno vježbanje - studenti će usvojiti određena ponašanja i postupke koje će moći primijeniti u sportskom okruženju, u procesu učenja i usvajanja motoričkih znanja/vještina, u procesu rekreativnog vježbanja te na natjecanju		

Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- studenti će usvojiti osnovna konceptualna znanja o suvremenim teorijama iz područja psihologije i psihologije sporta - studenti će naučiti definiciju, razlike i specifičnosti različitih psihičkih procesa (kognitivnih, emotivnih i motivacijskih) - studenti će znati definirati motivaciju, klasificirati motive i razumjet će konflikte motiva koji utječu na ponašanje - studenti će razumjeti povezanost psiholoških faktora i sportske izvedbe - studenti će se upoznati s negativnim učincima i pojavama unutar sporta i vježbanja te štetnim i nepoželjnim obrascima socijalnih odnosa, ponašanja i doživljavanja sporta i vlastite uloge u sportskom okruženju - studenti će naučiti što je znanstvena psihologija sporta i kako se spoznaje ove discipline očituju u profesionalnom radu sportskih psihologa. - studenti će upoznati pojam ličnosti, i naučiti što su crte ličnosti; naučit će osnovne pojmove iz Eysenckove teorije ličnosti; upoznat će kako se crte ličnosti očituju u tipičnom ponašanju u sportu i vježbanju. Upoznat će se s pojmom inteligencije i načinima povezanosti inteligencije i uspjeha u sportu; naučiti će što su emocije, kako i gdje nastaju, kako se očituju u doživljaju i ponašanju u sportu i vježbanju; - studenti će naučiti što su motivi, kako nastaju i kako se zadovoljavaju; naučit će osnovne pojmove iz Maslowljeve teorije motiva i teorije samodeterminacije Decija i Ryana; na primjerima će upoznati značaj motiva pri bavljenju sportom i vježbanju. - studenti će se upoznati sa specifičnostima rada s djecom s obzirom na karakteristike psihičkog razvoja. - studenti će se upoznati s osnovnim načinima psihičke pripreme sportaša i time osposobiti za suradnju sa sportskim psihologom.
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**<u>Ove teme predaju se na studijskim smjerovima Fitnes i Sportska rekreacija</u>** **Predavanja i vježbe** 1. Uvodno predavanje. Definicija i područje psihologije (2P+2V) 2. Biološka osnova doživljavanja i ponašanja. Psihički procesi. (2P) 3. Kognitivni procesi (pažnja, pamćenje, inteligencija) (4P+2V) 4. Emocije i emocionalna kontrola (2P+3V) 5. Motivacija. Motivacijska klima. Ciljna orijentacija. (4P+3V) 6. Ličnost. Ličnost i sport. Djelovanje sporta i tjelesnog vježbanja na razvoj ličnosti. (4P) 7. Psihološke odrednice rada s djecom i mladima u sportu i rekreaciji. (2P+2V) 8. Trener u procesu rekreativnog vježbanja (rukovođenje, trener kao model, trener kao motivator) (5P+4V) 9. Rekreativna grupa kao tim. Kako prepoznati potrebe vježbača. (4P+2V) 10. Zašto ljudi ne vježbaju? Motivacija za rekreativno vježbanje. Postavljanje ciljeva. (6P+4V) 11. Tjelesno vježbanje i kvaliteta života. (2P) 12. Pozitivni i negativni psihološki učinci tjelesnog vježbanja (tjelesno vježbanje i mentalno zdravlje, osnove poremećaja prehrane, ovisnost o vježbanju) (4P+2V) 13. Komunikacija trenera i vježbača (2P+2V) 14. Determinante pozitivnog pristupa u rekreaciji i sportu. Flow-psihologija optimalnog iskustva (2P+2V) **<u>Ove teme predaju se na studijskim smjerovima Sportovi i Kondicijska priprema sportaša</u>** **Predavanja i vježbe** (svaka se nastavna tema obrađuje 3P+2V) 1.Što je psihologija sporta

	Definicija psihologije sporta, položaj psihologije sporta unutar drugih disciplina. Problemi znanstvene psihologije sporta, metodološki problemi istraživanja u sportu. Psihologija sporta kao profesija, osnovne zadaće sportskih psihologa. 2.Sport i ličnost Definicije ličnosti, Eysenckov model ličnosti. Anksioznost u sportu, agresivnost i sport. Ograničenja predikcije uspjeha u sportu putem osobina ličnosti. Inteligencija i sport Definicija inteligencije, razvoj inteligencije. Cattellov model inteligencije; istražvanja povezanosti faktora inteligencije i uspjeha u sportu. 3.Pažnja i sport Definicija pažnje, spontana, hotimična, habitualna pažnja; fokus pažnje; distribucija pažnje; unutarnje i vanjske determinante pažnje; Nidefferov model pažnje u sportu. 4.Emocije u sportu Definicija emocija, tri aspekta emocija; uloga emocija u sportu, iceberg profil, flow. 5.Motivacija Teorije motivacije, instinkti, nagoni, homeostaza, optimalna razina pobuđenja, potrebe i poticaji; biotički i socijalni motivi; socijalizacija motiva; sadržajne teorije motivacije (Maslow), procesne teorije motivacije. 6.Motivacija u sportu i vježbanju Motiv postignuća u sportu, ciljne orijentacije, kauzalno atribuiranje u sportu, pojam samoefikasnosti. 7.Motivacija u sportu i vježbanju Teorija samodeterminacije Decija i Ryana; potrebe za autonomijom, kompetentnošću i povezanošću; intrinzična i ekstrinzična motivacija. Primjena teorije samodeterminacije u sportu. 8.Motivacija u sportu i vježbanju Sadržajni modeli motivacije za vježbanje (Horga i Baršnik, Campbel). Procesni modeli motivacije za vježbanje (Nolan i Feldman). 9.Psihološka priprema sportaša Definicija mentalnog treninga; definicija vrhunskog izvođenja (peak performance); tehnike za postizanje optimalne razine pobuđenosti. 10.Psihološka priprema sportaša Vještine predočavanja, teorije koje objašnjavaju efekte predočavanja; internalno i eksternalno predočavanje. 11.Psihološka priprema sportaša Postavljanje ciljeva; samogovor, zaustavljanje i zamjena misli, pobijanje negativnih tvrdnji. 12.Psihološka priprema sportaša Pojam stresa; stres u sportu; psihološki faktori ozljeđivanja u sportu prema modelu Andersena i Williamsa. Kontrola emocija; IZOF model Jurija Hanina. 13.Psihološka priprema sportaša Postupci za redukciju stresa u sportu; prednatjecateljska, natjecateljska i postnatjecateljska rutina u sportu. 14.Specifičnosti rada s djecom u sportu Pozitivni utjecaji bavljenja organiziranom tjelesnom aktivnošću na razvoj djeteta; zadovoljenje motiva djece u vježbanju; bavljenje kompetitivnom aktivnošću u dječjoj dobi, kognitivni razvoj i razumijevanje faktora sportske uspješnosti, roditelji i sport.					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, pisanje seminarskog rada					
	pohađanje nastave	13%	1	pismeni ispit	50%	3,5

Praćenje rada studenata	seminarski rad	37%	2,5			
					ukupno	**7 ECTS**
Obvezna literatura	Bosnar, K.; Balent, B. (2010). Uvod u psihologiju sporta: priručnik za sportske trenere. Zagreb : Odjel za izobrazbu trenera Društvenog veleučilišta u Zagrebu.					
Dopunska literatura	1. Barić, R. (2010). Psihologija tjelesnog vježbanja i sporta – odabrane teme. Interna skripta za studente 2. Barić, R. (2010). Psihološki aspekti košarkaške igre - motivacija U: B. Matković (Ur.) Antropološka analiza košarkaške igre, (str. 131-166).Zagreb: Kineziološki fakultet. 3. Barić, R. (2007). The relationship of coach's leadership behaviour and his motivational structure with athletes' motivational tendencies. Dissertation. Ljubljana: Filozofski fakultet, Odsjek za psihologiju. 4. Cox, R.H. (2005). Psihologija sporta. Jastrebarsko: Naklada Slap. *Greblo, Z., Pedišić, Ž., i Jurakić, D. (2008). Relationship between exercise frequency and self-perceived mental health. In D. Milanović, & F. Prot (Eds.) Kinesiology research trends and applications (pp. 814-817), Zagreb: Faculty of Kinesiology. *Jurakić, D., Pedišić, Ž., i Greblo, Z. (2010). Physical activity in different domains and health-related quality of life: a population-based study. Quality of life research. 19(9), 1303-1309. *Lorger. M. (2011). Sport i kvaliteta života mladih. Doktorska disertacija. Zagreb: Kineziološki fakultet. ** literatura označena zvjezdicom preporuča se kao dodatna za studente sa usmjerenja Fitness i Sportska rekreacija*					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					

STRANI JEZIK ENGLESKI (89428)

nositeljica predmeta		**izv. prof. dr. sc. Darija Omrčen**	
kancelarija		116	
konzultacije		Prema dogovoru i prethodnoj najavi. Konzultacije su moguće i online.	
e-mail		darija.omrcen@kif.hr	
telefon		+38513658716	
studijski program	stručni studij	status predmeta	obvezan
semestar	III.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Srednja razina (A2-B1) znanja engleskog jezika.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A1 (S) predavaonica P3 (V) predavaonica P11		
način izvođenja nastave	45 (15P+30V) Izvedbeni sati 16P*	očekivani broj studenata na predmetu	139
ciljevi predmeta	Cilj je obraditi osnovne nazive dijelova tijela, glagole koji označavaju pokrete te nazivlje vezano za temeljne koncepte kineziologije, i to kroz rad na stručnome tekstu..		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Recepcijska razina ovladavanja engleskim kao stranim jezikom struke kako bi se postiglo precizno razumijevanje obrađenoga nazivlja na engleskome jeziku specifičnog za trenažni proces u sportu, sportskoj rekreaciji, kondicijskoj pripremi sportaša i fitnesu, što bi posljedično upotpunilo kompetencije osoba koje će se baviti planiranjem, programiranjem i kontrolom trenažnoga rada u izabranom sportu, planiranjem, programiranjem i kontrolom programa sportsko-rekreacijskog vježbanja i fitnes treninga s različitim populacijama korisnika te provođenjem različitih programa kondicijske pripreme, kao i upravljanjem kadrovskim, financijskim i prostornim resursima važnim za uspješno stručno djelovanje u pojedinim područjima primjene)..		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će: - razviti sposobnost razumijevanja stručnih naziva na engleskome jeziku - usvojiti kineziološku terminologiju na engleskome jeziku prema temama u nastavnome planu i programu - postići razumijevanje pisanoga stručnoga teksta na engleskome jeziku		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Upoznavanje s ciljem kolegija, okvirnim programom predmeta te s načinom provođenja ispita. (1P) 2. Obrada kroz tekst engleskih naziva vezanih za koncept anatomije te naziva dijelova ljudskoga tijela. (1P) 3. Glagoli koji u engleskome jeziku označavaju pokrete. Prilozi mjesta. Obrada zapovjednoga načina u engleskome jeziku i kroz prijevod teksta (opisa pojedinih vježbi na tlu i vježbi s različitim vrstama otpora) s engleskoga jezika na hrvatski razvijanje vještine preciznoga prijevoda u kontekstu sporta. (1P + 2V) 4. Obrada engleskih naziva za sportove i sportske discipline – atletika, sportska gimnastika, ekipni sportovi, borilački sportovi, sportovi na vodi i pod vodom, streljaštvo i streličarstvo, zimski sportovi, ostali sportovi. Nazivi u engleskome jeziku za sportska igrališta, terene, staze itd. Obrada kroz stručni tekst razlike između koncepata martial arts i combat sport (2P)		

	5. Kroz tekst obrada engleskoga nazivlja vezanoga za sportsku opremu te za sprave i rekvizite u sportu. Uvježbavanje povezivanja naziva za dio sportske opreme i sadržaja pojma. Uvježbavanje kolokacija. (2P) 6. Obrada kroz tekst engleskoga nazivlja vezanoga za razliku između koncepata physical activity i physical exercise. Kroz vježbe uvježbavanje uporabe nazivlja koje je vezano za ta dva koncepta. (1P + 2V) 7. Obrada kroz tekst engleskoga nazivlja na engleskome jeziku vezanoga za definiranje pojmova aerobic i anaerobic. Kroz vježbe uvježbavanje uporabe nazivlja koje je vezano za ta dva koncepta. Uvježbavanje riječi i naziva suprotnoga značenja. (1P + 2V) 8. Obrada kroz tekst engleskoga nazivlja vezanoga za aerobno vježbanje i aerobiku. Vježbe vokabulara. (2V) 9. Obrada kroz tekst engleskoga nazivlja vezanoga za antropološka obilježja. Uvježbavanje uporabe nazivlja kroz vježbe. (1P + 2V) 10. Obrada kroz tekst engleskoga nazivlja vezanoga za razliku između ability i skill. Što je synergy? (2V) 11. Obrada kroz tekst engleskoga nazivlja vezanoga za mišićni i živčani sustav u ljudskome tijelu. Obrada pojedinih riječi i naziva kroz neke semantičke odnose – riječi i nazivi suprotnoga značenja, istoga značenja itd. Uvježbavanje uporabe nazivlja kroz vježbe. (1P + 2V) 12. Obrada kroz tekst engleskoga nazivlja vezanoga za krvotok i za frekvenciju srca. Uvježbavanje uporabe nazivlja kroz vježbe. (1P + 2V) 13. Obrada kroz tekst engleskoga nazivlja vezanoga za imenovanje i opis motoričkih sposobnosti kao sastavnica fizičke kondicije. Prijevod stručnoga teksta. (1P + 2V) 14. Obrada kroz tekst naziva force, strength, power i endurance. Usporedba prijevodnih ekvivalenata u hrvatskome jeziku. (2P) 15. Obrada kroz tekst engleskoga nazivlja vezanoga za fiziologiju sporta. (2V) 16. Obrada kroz tekst engleskoga nazivlja vezanoga za psihološku pripremu sportaša. (2V) 17. Obrada kroz tekst engleskoga nazivlja vezanoga za zatvorene i otvorene vještine. (2V) 18. Obrada kroz tekst engleskoga nazivlja vezanoga za tjelovježbu i predodžbu o izgledu tijela. (2V) 19. Obrada kroz tekst engleskoga nazivlja vezanoga za komunikaciju između sportaša i trenera. Uvježbavanje riječi i naziva istoga i suprotnoga značenja. (2V) 20. Obrada kroz tekst engleskoga nazivlja vezanoga za usmenu prezentaciju sadržaja. (2V)
Obveze studenata	
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave 20% 1 pismeni ispit 80% 4 ukupno **5 ECTS**
Obvezna literatura	Omrčen, D. (2009). English for Sports Coaches. Zagreb: Odjel za izobrazbu trenera Društvenog veleučilišta u Zagrebu, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu..
Dopunska literatura	
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.

STRANI JEZIK NJEMAČKI (123598)

nositeljica predmeta		**izv. prof. dr. sc. Darija Omrčen**	
kancelarija		116	
konzultacije		Prema dogovoru i prethodnoj najavi. Konzultacije su moguće i online.	
e-mail		darija.omrcen@kif.hr	
telefon		+38513658716	
studijski program	stručni studij	status predmeta	obvezan
semestar	III.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Srednja razina (A2-B1) znanja njemačkoga jezika.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A1 (S) predavaonica P3 (V) predavaonica P11		
način izvođenja nastave	45 (15P+30V) Izvedbeni sati 16P*	očekivani broj studenata na predmetu	139
ciljevi predmeta	Cilj je obraditi osnovne nazive dijelova tijela, glagole koji označavaju pokrete te nazivlje vezano za temeljne koncepte kineziologije, i to kroz rad na stručnome tekstu..		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Recepcijska razina ovladavanja njemačkim kao stranim jezikom struke kako bi se postiglo precizno razumijevanje obrađenoga nazivlja na njemačkom jeziku specifičnog za trenažni proces u sportu, sportskoj rekreaciji, kondicijskoj pripremi sportaša i fitnesu, što bi posljedično upotpunilo kompetencije osoba koje će se baviti planiranjem, programiranjem i kontrolom trenažnoga rada u izabranom sportu, planiranjem, programiranjem i kontrolom programa sportsko-rekreacijskog vježbanja i fitnes treninga s različitim populacijama korisnika te provođenjem različitih programa kondicijske pripreme, kao i upravljanjem kadrovskim, financijskim i prostornim resursima važnim za uspješno stručno djelovanje u pojedinim područjima primjene)..		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će: - **razviti** sposobnost razumijevanja stručnih naziva na njemačkome jeziku - **usvojiti** kineziološku terminologiju na njemačkome jeziku prema temama u nastavnome planu i programu - **postići** razumijevanje pisanoga stručnoga teksta na njemačkome jeziku		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	1. Upoznavanje s ciljem kolegija, okvirnim programom predmeta te s načinom provođenja ispita. (1P) 2. Obrada kroz tekst njemačkih naziva vezanih za koncept *anatomije* te naziva dijelova ljudskoga tijela. (1P) 3. Glagoli koji u njemačkome jeziku označavaju pokrete. Prilozi mjesta. Obrada zapovjednoga načina u njemačkome jeziku i kroz prijevod teksta (opisa pojedinih vježbi na tlu i vježbi s različitim vrstama otpora) s njemačkoga jezika na hrvatski razvijanje vještine preciznoga prijevoda u kontekstu sporta. (1P + 2V) 4. Obrada njemačkih naziva za sportove i sportske discipline – atletika, sportska gimnastika, ekipni sportovi, borilački sportovi, sportovi na vodi i pod vodom, streljaštvo i streličarstvo, zimski sportovi, ostali sportovi. Nazivi u njemačkome jeziku za sportska igrališta, terene, staze itd. Obrada kroz stručni tekst razlike između koncepata *Martial- Arts* i *Kampfsport* (2P) 5. Kroz tekst obrada njemačkih nazivlja vezanoga za sportsku opremu te za sprave i rekvizite u sportu. Uvježbavanje povezivanja naziva za dio sportske opreme i sadržaja pojma. Uvježbavanje kolokacija. (2P) 6. Obrada kroz tekst njemačkoga nazivlja vezanoga za koncept sporta. Uvježbavanje vokabulara kroz vježbe. (1P + 2V)		

	7. Obrada kroz tekst njemačkoga nazivlja na njemačkome jeziku vezanoga za definiranje pojmova *aerob* i *anaerob*. Kroz vježbe uvježbavanje uporabe nazivlja koje je vezano za ta dva koncepta. Uvježbavanje riječi i naziva suprotnoga značenja. (1P + 2V) 8. Obrada kroz tekst njemačkoga nazivlja vezanoga za antropološka obilježja. Uvježbavanje uporabe nazivlja kroz vježbe. (1P + 2V) 9. Obrada kroz tekst njemačkoga nazivlja vezanoga za vrste tkiva u ljudskome tijelu. Obrada pojedinih riječi i naziva kroz neke semantičke odnose – riječi i nazivi suprotnoga značenja, istoga značenja itd. Uvježbavanje uporabe nazivlja kroz vježbe. (1P + 2V) 10. Obrada kroz tekst njemačkoga nazivlja vezanoga za krvotok i za frekvenciju srca. Uvježbavanje uporabe nazivlja kroz vježbe. (1P + 2V) 11. Obrada kroz tekst njemačkoga nazivlja vezanoga za imenovanje i opis motoričkih sposobnosti kao sastavnica fizičke kondicije. Prijevod stručnoga teksta. (1P + 2V) 12. Obrada kroz tekst naziva *Kraft*, *Schnellkraft* i *Ausdauer*. Usporedba prijevodnih ekvivalenata u hrvatskome jeziku. (2P) 13. Obrada kroz tekst njemačkoga nazivlja vezanoga za razliku između koncepata *Geschwindigkeit* i *Schnelligkeit*. (2V) 14. Obrada kroz tekst njemačkoga nazivlja vezanoga za psihološku pripremu sportaša. (2V) 15. Obrada kroz tekst njemačkoga nazivlja vezanoga za zatvorene i otvorene vještine. (2V) 16. Obrada kroz tekst njemačkoga nazivlja vezanoga za tjelovježbu i predodžbu o izgledu tijela. (2V) 17. Obrada kroz tekst njemačkoga nazivlja vezanoga za komunikaciju između sportaša i trenera. Uvježbavanje riječi i naziva istoga i suprotnoga značenja. (2V) Obrada kroz tekst njemačkoga nazivlja vezanoga za usmenu prezentaciju sadržaja. (2V)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	20%	1	pismeni ispit	80%	4
				ukupno	**5 ECTS**	
Obvezna literatura	Olivier, N., Rockmann, U. (2003). Grundlagen der Bewegungswissenschaft und –lehre. Schorndorf: Karl Hofmann Verlag. (Odabrana poglavlja). Beyer, E. (1992). Wörterbuch der Sportwissenschaft. Deutsch, Englisch, Französisch. Dictionary of Sport Science. German. English. French. Dictionnaire des Sciences du Sport. Allemand. Anglais. Français. Schorndorf: Verlag Karl Hofmann. (Odabrana poglavlja).					
Dopunska literatura						
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					

TEORIJA I METODIKA TRENINGA (162350)

nositeljica predmeta		**izv. prof. dr. sc. Sanja Šalaj**	
kancelarija		194	
konzultacije		Srijedom u 14:00 sati	
e-mail		sanja.salaj@kif.hr	
telefon		+38513658779	
nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Igor Jukić**	
kancelarija		124	
konzultacije			
e-mail		igor.jukic@kif.hr	
telefon		+38513658724	
vanjski suradnik		**prof. dr. sc. Dragan Milanović**	
e-mail		dragan.milanovic@kif.hr	
studijski program	Prediplomski sručni studij za izobrazbu trenera	status predmeta	obvezan
semestar	III.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	7 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A1 (S) predavaonica P3 (V) predavaonica P11		
način izvođenja nastave	75 (60P + 15S) Izvedbeni sati 28P*	očekivani broj studenata na predmetu	139
ciljevi predmeta	Stjecanje teorijskih znanja potrebnih za metodičko oblikovanje te planiranje, programiranje i kontrolu treninga sportaša. Usvajanje i korištenje teorijskih i metodičkih znanja za samostalno provođenje metodičkih postupaka kondicijskog vježbanja i motoričkog poučavanja kao i za izradu i izvedbu planova i programa treninga u različitim ciklusima sportske pripreme..		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Znanja o teorijskim i metodičkim zakonitostima selekcije, sportske dijagnostike, metodičkog oblikovanja te planiranja i programiranja transformacijskih procesa koji se mogu primjeniti prvesntveno u vrhunskom sportu ali isto tako i u kondicijskoj pripremi sportaša, fitnesu pa i sportskoj rekreacijil Primijeniti stečena stručna i praktična znanja u koncipiranju plana i programa sportskog treninga u skladu s poznatim stanjima treniranosti sportaša, korisnika fitnes programa i sudionika u sportsko rekreacijskim aktivnostima.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	U oblikovanju ishoda učenja teorije treninga, polazeći od jasno utvrđenih zadaća ovog nastavnog predmeta studenti će moći na stručnoj razini definirati, analizirati i u stručnom radu u sportu i sportskoj rekreaciji primijeniti stečena znanja koja se odnose na: 1. Značajke sportske aktivnosti 2. Hijerarhijsku strukturu sposobnosti, osobina i znanja sportaša 3. Postupke za selekciju (usmjeravanje i izbor) potencijalnih kandidata za vrhunski sport; 4. Sportsku formu kao stanje sportaša koje omogućava postizanje vrhunskih rezultata na najvažnijim natjecanjima 5. Biološke i metodičke principe i pravila treninga koji predstavljaju temelj za planiranje i programiranje treninga, natjecanja i oporavka; 6. Metodičke postupke vježbanja za razvoj kondicijskih obilježja sportaša kao i metodičke postupke poučavanja tehničko-taktičkih (TE-TA) znanja 7. Planiranje, programiranje i kontrolu procesa sportske pripreme pojedinaca i sportskih ekipa različite kvalitete u pojedinim granama sportova		

	8. Izradu i provedbu plana i programa trenažnog procesa u različitim ciklusima višegodišnje i jednogodišnje periodizacije. U okviru ovog nastavnog predmeta studenti, budući treneri, steći će potrebna temeljna stručna znanja za uspješan rad u sportu različitog ranga natjecanja, sp. rekreaciji kao i u sportu osoba s invaliditetom.
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**Predavanja**: 60 sati (svaka tema obrađuje se u fondu od 2 nastavna sata) <u>Teorijske osnove treninga</u>: 1. Teorija i metodika treninga. Definicija i zadaće. 2. Sport u suvremenom društvu; 3. Sportski trening: definicije, značajke i zadaće sportskog treninga, natjecanja kao dio sportske pripreme. 4. Strukturalna, biomehanička i funkcionalna analiza sportske aktivnosti, klasifikacija sportova prema strukturnoj složenosti. 5. Identifikacija i registracija standardnih i izvedenih pokazatelja situacijske uspješnosti sportaša 6. Sposobnosti, osobine i znanja sportaša: Modelne karakteristike vrhunskih sportaša. 7. Faktorska analiza uspješnosti u sportu: Opći model jednadžbe specifikacije sportske uspješnosti 8. Selekcija u sportu: sustav usmjeravanja, orijentacije i izbora potencijalnih sportaša. Dobne kategorije i tipovi sportskih škola. 9. Sportska forma: biološki i psihički aspekti sportske forme, upravljanje sportskom formom, značajke sportske forme. 10. Biološki principi sportskog treninga:, kontinuiranost procesa sportske pripreme, progresivnost i valovitost opterećenja treninga i natjecanja, 11. Metodički principi sportskog treninga: usmjerenost treninga, povezanost programa sportske pripreme i cikličnost treninga. <u>Metodika treninga</u>: 12. Sadržaj (sredstva) treninga, 13. Opterećenje treninga i natjecanja (komponente i granične veličine opterećenja), 14. Metode sportskog treninga (metode vježbanja i metode poučavanja), 15. Metodičke forme sportskog treninga (kružni, stanični, cirkularni i poligonski). 16. Struktura i značajke kondicijskog treninga: opća, osnovna i specifična kondicijska priprema. 17. Metodika treninga funkcionalnih sposobnosti sportaša: aerobno i anaerobno treniranje. 18. Metodika treninga motoričkih sposobnosti sportaša: trening snage, brzine, izdržljivosti, gibljivosti, koordinacije, agilnosti, ravnoteže i preciznosti. 19. Struktura i značajke tehničko-taktičkog treninga. Sportska tehnika i taktika: fazna struktura motoričkog djelovanja, osnove učenja tehničko-taktičkih znanja (zakonitosti i faze motoričkog učenja, 20. Metode i programi poučavanja tehničko-taktičkih znanja i motoričke pogreške). <u>Planiranje i programiranje treninga</u>: 21. Definicija pojmova. Dijagnostika treniranosti sportaša. Višegodišnja i jednogodišnja periodizacija 22. Dugoročno planiranje i programiranje sportskog treninga (višegodišnji ciklus). Etape dugoročne sportske pripreme; 23. Stupnjevita sportska izobrazba: univerzalna sportska škola, osnovna sportska škola, specijalizirajuća sportska škola, završna sportska specijalizacija. 24. Konstrukcija plana i programa višegodišnjeg ciklusa sportskog treninga 25. Srednjoročno planiranje i programiranje (olimpijski ciklus).

	26. Kratkoročno planiranje i programiranje sportskog treninga. Postupci za izradu planova i programa sportskog treninga u godišnjem ciklusu. 27. Tekuće planiranje i programiranje sportskog treninga (periodi i faze). Postupci za izradu planova i programa sportskog treninga u pripremnom periodu (faze i struktura treninga), natjecateljski period (kalendar natjecanja i struktura treninga) i prijelazni period. 28. Operativno planiranje i programiranje sportskog treninga. Postupci za izradu planova i programa sportskog treninga u mikrociklusu, 29. Operativno planiranje i programiranje sportskog treninga. Postupci za izradu planova i programa pojedinačnog sportskog treninga 30. Dopunski sadržaji sportske pripreme: specifičnosti treninga u različitim geografsko-klimatskim i vremenskim uvjetima **Seminari**: 15 sati (svaki seminar obrađuje se u fondu od dva nastavna sata osim drugog seminara koji se izvodi kroz jedan sat seminarske nastave) 1. Sport u suvremenom društvu; 2. Sportska aktivnost i okolinski faktori u funkciji razvoja djeteta sportaša. 3. Mjerenje i vrednovanje sposobnosti, osobina i znanja sportaša. Faktorska analiza uspješnosti u sportu 4. Izbor sadržaja i doziranje opterećenja u treningu funkcionalnih i motoričkih sposobnosti te unapređenju morfoloških karakteristika; 5. Metodika tehničko-taktičke pripreme sportaša: učenje i poučavanje u sportu; 6. Izrada plana i programa treninga u etapama višegodišnjeg ciklusa. Sportske škole. 7. Izrada plana i programa treninga u godišnjem ciklusu: periodi i faze. 8. Izrada plana i programa treninga u mikrociklusu i u pojedinačnom treningu
Obveze studenata	
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave 8% 0.5 pismeni ispit 21% 1.5 seminarski rad 21% 1,5 usmeni ispit 50% 3,5 ukupno **7 ECTS**
Obvezna literatura	1. Milanović, D. (2010). Teorija i metodika treninga. Zagreb: Društveno veleučilište u Zagrebu, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
Dopunska literatura	1. Milanović, D., Šalaj, S., Jukić, I., (2009). Organizacijske i metodičke forme rada u sportu, U V. Findak (ur), Zbornik radova 18. ljetne škole kineziologa, Poreč, 44-54. 2. Milanović, D., Jukić, I., Šalaj, S. (2010). Individualizacija trenažnog procesa u sportu. U V. Findak (ur), Zbornik radova 19. ljetne škole kineziologa, Poreč, 36-48. 3. Milanović, D., Šalaj, S., Gregov, C. (2011). Nove tehnologije u dijagnostici pripremljenosti sportaša. U V. Findak (ur), Zbornik radova 20. ljetne škole kineziologa. Poreč, 37- 50. 4. Milanović, D., Jukić, I. (Ur.)(2003). Zbornik radova Međunarodnog znanstveno-stručnog skupa: Kondicijska priprema sportaša. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački športski savez. 5. Jukić, I., Milanović, D., Šimek, S. (Ur.). (2007). Zbornik radova 5. godišnje međunarodne konferencije Kondicijska priprema sportaša – Kondicijska priprema djece i mladih. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Udruga kondicijskih trenera Hrvatske.
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.

SPECIJALISTIČKI PREDMET smjera KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA – METODIKA KONDICIJSKE PRIPREME II (162352)

Nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Luka Milanović**	
Kancelarija		40/2	
Konzultacije			
e-mail		luka.milanovic@kif.hr	
Telefon		+38513658602	
Nastavnik		**prof. dr. sc. Igor Jukić**	
Kancelarija		124	
Konzultacije			
e-mail		igor.jukic@kif.hr	
Telefon		+38513658724	
Nastavnica		**izv. prof. dr. sc. Sanja Šalaj**	
Kancelarija		194	
Konzultacije		Srijedom u 14:00	
e-mail		sanja.salaj@kif.hr	
Telefon		+38513658779	
nastavnik		**dr. sc. Asim Bradić, prof. v. š.**	
kancelarija		40/5	
konzultacije		prema dogovoru putem e-maila ili osobno na fakultetu	
e-mail		asim.bradic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658605	
nastavnik		**doc. dr. sc. Ivan Krakan**	
kancelarija			
konzultacije			
e-mail		ivan.krakan@kif.hr	
telefon		+38513658779	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	III.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	Veliki amfiteatar		
način izvođenja nastave	30(15P + 15V)	očekivani broj studenata na predmetu	83
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje znanja o oblikovanju metodičkih postupaka za razvoj motoričkih sposobnosti, morfoloških karakteristika i unapređenje zdravstvenog statusa sportaša.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju: - Oblikovati metodičke postupke za razvoj i održavanje kondicijskih svojstava sportaša..		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Odabrati i primijeniti odgovarajuće sadržaje, metode i opterećenja za razvoj i održavanje motoričkih sposobnosti sportaša		

	- Odabrati i primijeniti odgovarajuće sadržaje, metode i opterećenja za razvoj i održavanje morfoloških karakteristika sportaša
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Metodički postupci za razvoj i održavanje jakosti (2P+2V) 2. Metodički postupci za učenje i usavršavanje tehnike izvedbe čučnja (2P+2V) 3. Metodički postupci za učenje i usavršavanje tehnike izvedbe mrtvog dizanja (2P+2V) 4. Metodički postupci za učenje i usavršavanje tehnike izvedbe vježbi potisaka (2P+2V) 5. Metodički postupci za učenje i usavršavanje tehnike izvedbe vježbi privlačenja (2P+2V) 6. Metodički postupci za razvoj i održavanje maksimalne brzine(1P+1V) 7. Metodički postupci za razvoj i održavanje brzine pojedinačnog pokreta (1P+1V) 8. Metodički postupci za razvoj i održavanje brzine reakcije (1P+1V) 9. Metodički postupci za razvoj i održavanje agilnosti (2P+2V)
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, pisanje seminara i polaganje ispita

Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	12%				
	kolokviji	63%	1,5	usmeni ispit	25%	0,5
				ukupno	**2.0 ECTS**	

Obvezna literatura	1. Milanović, D., Jukić, I. (ur.) (2003). Kondicijska priprema sportaša. Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, Zagreb 21-22.02.2003. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Zagrebački sportski savez 2. Jukić, I., Šalaj, S., Gregov, C. (ur.) (2003-2011). Kondicijski trening. Stručni časopis za teoriju i metodiku kondicijske pripreme. Kineziološki fakultet, Zagreb. 3. Jukić, I., Marković, G. (2005). Kondicijske vježbe s utezima. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
Dopunska literatura	1. Beachle, T.R. i R.W. Earle (2000). Essentials of Strength and Conditioning. (2nd ed.). Champaign, Ill:Human Kinetics. 2. Jukić, I., Milanović, D. (ur.) (2004-2011). Kondicijska priprema sportaša, Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, Zagreb, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački sportski savez i Udruga kondicijskih trenera Hrvatske. 3. Bompa, T. (2005). Cjelokupan trening za mlade pobjednike, Gopal, Zagreb. 4. Boyle, M. (2010). Advances in Functional Training: Training Techniques for Coaches, Personal Trainers and Athletes. On Target Publications, USA. 5. Cook, G. (2010). Movement: Functional Movement Systems: Screening, Assessment, Corrective Strategies. E. Grayson Cook, USA.
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa

SPECIJALISTIČKI PREDMET smjera FITNES – GRUPNI FITNES PROGRAMI II (162351)

nositeljica predmeta		**prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić**	
kancelarija		173	
konzultacije		Srijeda 12.30 do 13.00 te prema dogovoru putem e-mail adrese ili na tel. +385 95 3658805	
e-mail		gordana-furjan-mandic@kif.hr	
telefon		+38513658773	
vanjska suradnica		**Marita Ukić, pred.**	
e-mail		marita.ukic@kif.hr	
vanjska suradnica		**Adrijana Dolančić, prof.**	
e-mail		adrijana.dolancic@kif.hr	
vanjski suradnik		**Viktorio Miličević, prof.**	
e-mail		viktorio.milicevic@kif.hr	
vanjska suradnica		**Ana Đerek, mag.cin.**	
e-mail		ana.djerek@kif.hr	
vanjska suradnica		**Atja Begonja, mag.cin.**	
e-mail		atja.begonja@kif.hr	
vanjska suradnica		**Marina Tome, prof.**	
e-mail		marina.tome@kif.hr	
vanjska suradnica		**Jasminka Tomčić,**	
e-mail		jasminka.tomcic@kif.hr	
vanjska suradnica		**Vesna Alikalfić, prof.**	
e-mail		vesna.alikalfic@kif.hr	
vanjska suradnica		**Blanka Ciprić, prof.**	
e-mail		blanka.cipric@kif.hr	
vanjski suradnik		**Dalibor Kiseljak,**	
e-mail		dalibor.kiseljak@kif.hr	
studijski program	Preddiplomski stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	3 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica (V) dvorana H		
način izvođenja nastave	40 (24P + 16V)	očekivani broj studenata na predmetu	32
ciljevi predmeta	Usvajanje osnovnih i složenijih kretnih struktura klasične i ostalih vrsta aerobike te praktična primjena istih u rekreaciji, kineziterapiji i sportu.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Sposobnost samostalnog planiranja, programiranja i vođenja satova različitih vrsta aerobike za populaciju različite dobi i razine treniranosti.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušanog i položenog predmeta studenti će moći: - demonstrirati pravilnu tehniku klasične i step aerobike; - učinkovito i sigurno poučavati zdrave osobe različite dobi, spola i razine tjelesne aktivnosti različitim vrstama aerobike; - razumjeti i uspješno primjenjivati sadržaje aerobike s obzirom na ciljeve transformacijskog procesa u fitnesu;		

	- -programirati program fitnes vježbanja sa sadržajima aerobike - provoditi aerobiku s polaznicima fitnes centra.
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**Teorijska predavanja**: 1. Planiranje i programiranje sata u aerobici, u edukaciji, rekreaciji i sportu (1P) **Teorijsko-praktična predavanja i vježbe** 2. Usvajanje verbalnih i neverbalnih znakova za vođenje grupe (1P+2V) 3. Metode koje se koriste pri poučavanju koreografije u aerobici (1P+2V) 4. Programi aerobike s vanjskim opterećenjem (1P) 5. Programi aerobike s rekvizitima i spravama (1P) 6. Vježbe za razvoj gibljivosti i opuštanja *(stretching) (1P)*
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave; aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu; polaganje kolokvija i ispita.
praćenje rada studenata	

			praktični rad	50%	1,5
usmeni ispit	50%%	1,5	ukupno	**3 ECTS**	

obvezna literatura	1. Zbornik radova, 6. zagrebački sajam sporta „Suvremena aerobika“ (1997)., Metikoš, D., Prot, F., Furjan-Mandić, G., Kristić, K., (ur.) Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu. 2. Alter, M. J. (1990). Science of stretching. Champaign, Ilinois: Human Kinetics Books. 3. Cvetković, M. (2009). Aerobik. Univerzitet u Novom Sadu, Fakultet fizičkog vaspitanja.
dopunska literatura	1. Bergoč, Š., Zagorc, M. (2000). Metode poučevanja v aerobiki. Ljubljana: Fakulteta za šport. 2. Howley, E. D., Franks, D. (2008). Fitness Instructors Handbook. Human Kinetics, Champaign, IL., USA.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.

RASPORED SATI III. SEMESTRA ak. god. 2023./2024.

RASPORED SATI za 3. SEMESTAR (RPSSIT) akademska godina 2023./24. (vrijedi od 2.10. 2023.)

Dan	PONEDJELJAK		UTORAK		SRIJEDA		ČETVRTAK		PETAK	
Specijalistički	Fitnes+ REK	KPS	Fitnes+ REK	KPS	Fitnes+ REK	KPS	Fitnes+ REK	KPS	Fitnes+ REK	KPS
Grupa seminari	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
8:00 – 9.30	PSIHOLOGIJA (TP) (45+0+30) PRVIH 8 TJ tj. A2		BIOMEHANIKA GR FIT (S/VJ) (45+30+0) 15 tj. P10 Biomehanički laboratorij		POVIJEST TJELOVJEŽBE I SPORTA (TP) (30+15+0) 15 tj. P2			KPS Metodika kondicisjke pripreme II SAQ (15+0+15) 15 tj. (Dv C)		
9.45 – 11.15	PSIHOLOGIJA (TP) (45+0+30) 15 tj. A2		VJ GR FIT PSIHOLOGIJA (vj) (45+0+30) 15 tj. P6	BIOMEHANIKA GR KPS(S /VJ) (45+30+0) 15tj. P10 Biomehanički laboratorij		SEM GR KPS POVIJEST TJELOVJEŽBE I SPORTA (sem) (30+15+0) 8 tj. P6	TEORIJA TRENINGA GR FIT (60+15+0) 8 tj. P5	VJ GR KPS ENGLESKI JEZIK (vj) (15+0+30) 15 tj. P6		
11.30 – 13.00	BIOMEHANIKA (TP) (45+30+0) 15 tj. P2			VJ GR KPS PSIHOLOGIJA (vj) (45+0+30) 15 tj. P6	SEM GR FIT POVIJEST TJELOVJEŽBE I SPORTA (sem) (30+15+0) 8 tj. P8		VJ GR FIT ENGLESKI JEZIK (vj) (15+0+30) 15 tj. P6	TEORIJA TRENINGA GR KPS (60+15+0) 8 tj. P5		
13.30 – 15.00	BIOMEHANIKA (TP) (45+30+0) 8 tj. A2						STRANI JEZIK (TP) (15+10+30) 8 tj. P4			
15.15 – 16.45			FITNES Grupni fitness programi 2 (24+0+16) 10 tj. Dvorana H		TEORIJA TRENINGA (60+15+0) 15 tj. A2					
17.00 – 18.30			FITNES Grupni fitness programi 2 (24+0+16) 10 tj. Dvorana H		TEORIJA TRENINGA (60+15+0) 15 tj. P1					
18:15 – 19:45										

Napomene:
Engleski jezik - seminarska nastava i predavanja počinju odmah u prvom tjednu nastave

IV. SEMESTAR

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Studijski smjer SPORT						
	Metodika 2		45	0	45	8,5
	Metodika 3		45	0	45	8,5
	Stručno-trenerska praksa izabranog sporta II.		0	0	60	5
		UKUPNO	**90**	**0**	**150**	**22**
Studijski smjer KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA						
162357	Dijagnostika kondicijske pripremljenosti	izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić	38	0	37	9
162358	Metodika kondicijske pripreme III.	izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić	30	0	30	6
162359	Stručno-trenerska praksa u KPS-u II.	izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić	0	0	60	5
		UKUPNO	**68**	**0**	**127**	**20**
Studijski smjer FITNES						
162353	Zdravstveni aspekti treninga i prehrane u fitnesu	izv.prof. dr. sc. Marija Rakovac	30	15	0	5
162354	Programiranje treninga fitnesa I.	izv. prof. dr. sc. Josipa Nakić	30	15	0	4
162355	Grupni fitnes programi III.	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić	30	0	25	7
162356	Stručno-trenerska praksa u fitnesu II.	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić izv. prof. dr. sc. Saša Vuk	0	0	60	5
		UKUPNO	**90**	**30**	**85**	**21**
Studijski smjer SPORTSKA REKREACIJA						
162360	Metodika sportske rekreacije u slobodno vrijeme I.	izv. prof. dr. sc. Danijel Jurakić	30	15	0	4
162361	Metodika sportske rekreacije u turizmu II.	izv. prof. dr. sc. Drena Trkulja Petković	40	10	10	6
162362	Ekonomika sportske rekreacije	izv. prof. dr. sc. Sanela Škorić	30	0	15	5
162363	Kineziterapija	izv. prof. dr. sc. Lidija Pertinović izv. prof. dr. sc. Tatjana Trošt Bobić	40	0	20	6
162364	Stručno-trenerska praksa u sportskoj rekreaciji II.	izv. prof. dr. sc. Drena Trkulja Petković	0	0	60	5
		UKUPNO	**140**	**25**	**105**	**26**
Šifra predmeta	**IZBORNI PREDMETI**	**NOSITELJ**	**Opterećenje**			**ECTS bodovi**
			P	**S**	**V**	
Studijski smjer SPORT						
	Izborni predmet II		15	15	0	2
	Izborni predmet III		15	15	0	2
	Izborni predmet/sport II		9	18	18	3
		UKUPNO	**39**	**48**	**18**	**7**
Studijski smjer KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA						

	Izborni predmet II		15	15	0	2
	Izborni predmet III		15	15	0	2
	Izborni predmet/sport II		9	18	18	3
		UKUPNO			**39**	**48**
Studijski smjer FITNES						
	Izborni predmet III		15	15	0	2
	Izborni predmet/sport II		9	18	18	3
		UKUPNO	**24**	**33**	**18**	**5**
Studijski smjer SPORTSKA REKREACIJA						
	Izborni predmet/sport II		9	18	18	3
		UKUPNO	**9**	**18**	**18**	**3**

SMJER – KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA – IV. SEM

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA						
162357	Dijagnostika kondicijske pripremljenosti	izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić	38	0	37	9
162358	Metodika kondicijske pripreme III.	izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić	30	0	30	6
162359	Stručno-trenerska praksa u KPS-u II.	izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić	0	0	60	5
		UKUPNO	**68**	**0**	**127**	**20**

DIJAGNOSTIKA KONDICIJSKE PRIPREMLJENOSTI (162357)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić**	
kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 7)	
konzultacije		srijedom od 9.00	
e-mail		vlatko.vucetic@kif.hr	
telefon		+38513658663	
Nastavnik		**dr. sc. Jere Gulin, pred.**	
Kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 8)	
Konzultacije		Uz prethodni dogovor e-mailom	
e-mail		jere.gulin@kif.hr	
Telefon			
Vanjski suradnik		Ivan Lulić, mag. cin.	
e-mail		ivan.lulic@kif.hr	
Vanjski suradnik		Matej Martinko, mag. cin.	
e-mail		matej.martinko@kif.hr	
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	specijalistički
semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	9 ECTS
mjesto izvođenja	(P+S) predavaonica + dvorana		
način izvođenja nastave	75 (38P+37V)	očekivani broj studenata na predmetu	83
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje znanja o osnovnim dijagnostičkim postupcima za procjenu motoričkih i funkcionalnih sposobnosti i morfoloških karakteristika u funkciji kreiranja kondicijske pripreme.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju: • Odabrati i provesti mjerne postupke za procjenu kondicijskih svojstava sportaša • Interpretirati i primijeniti rezultate dobivene mjernim postupcima u metodičkom i programskom oblikovanju kondicijske pripreme		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: • Odabrati i provesti mjerne postupke za procjenu motoričkih sposobnosti • Odabrati i provesti mjerne postupke za procjenu funkcionalnih sposobnosti • Odabrati i provesti mjerne postupke za procjenu morfoloških karakteristika • Usporediti dobivene rezultate s modelnim vrijednostima • Primijeniti dobivene rezultate u oblikovanju plana i programa treninga		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Osnove kineziološke dijagnostike (2P+2V) 2. Kriteriji za odabir testnih procedura u kineziološkoj dijagnostici (2P+2V) 3. Dijagnostički postupci za procjenu zdravstvenog statusa (2P+2V) 4. Dijagnostički postupci za procjenu kinantropometrijskih mjera (2P+2V) 5. Analiza i usporedba rezultata kinanatropometrijskih mjerenja različitih grupa entiteta (2P+2V) 6. Dijagnostički postupci za analizu razine treniranosti motoričkih sposobnosti – koordinacija i agilnost (2P+2V) 7. Dijagnostički postupci za analizu razine treniranosti motoričkih sposobnosti – eksplozivna snaga (2P+2V)		

	8. Dijagnostički postupci za analizu razine treniranosti motoričkih sposobnosti – fleksibilnost, ravnoteža, preciznost, snaga i jakost (2P+2V) 9. Unos, obrada i interpretacija rezultat dobivenih testiranjem motoričkih sposobnosti (2P+2V) 10. Dijagnostički postupci za analizu razine mobilnosti i stabilnosti (FMS i SFMA) (2P+2V) 11. Usporedba dijagnostičkih postupaka za procjenu razine aerobnog i anaerobnog energetskoga kapaciteta – laboratorijsko i terensko testiranje (2P+2V) 12. Dijagnostički postupci za procjenu razine aerobnog energetskoga kapaciteta – laboratorijski spiroergometrijski test KF1 (2P+2V) 13. Dijagnostički postupci za procjenu razine aerobnog energetskoga kapaciteta – laboratorijski spiroergometrijski test na biciklergometru BT20W i veslačkom ergometru VT25W (2P+2V) 14. Unos, obrada i interpretacija rezultat dobivenih provedbom spiroergometrijskih testova – V-slope metoda detektiranja anaerobnog praga(2P+2V) 15. Dijagnostički postupci za procjenu razine aerobnog energetskoga kapaciteta – progresivni terenski test na zvučni signal (Beep test) (2P+2V) 16. Dijagnostički postupci za procjenu razine aerobnog energetskoga kapaciteta – progresivni terenski test na stadionu (2P+2V) 17. Unos, obrada i interpretacija rezultat dobivenih provedbom terenskih testova – točka defleksije FS metoda određivanja anaerobnog praga(2P+2V) 18. Dijagnostički postupci za procjenu razine aerobnog energetskoga kapaciteta – progresivni terenski test - laktatni test 7x800m (2P+2V)) 19. Unos, obrada i interpretacija rezultat dobivenih provedbom terenskih testova – D-max i 4mmol/m metoda određivanja anaerobnog praga (2P+2V) 20. Dijagnostički postupci za procjenu razine anaerobnog energetskoga kapaciteta – T300m (T300Y) i T8x40m (T6x35m) (2P+2V) 21. Dijagnostički postupci za procjenu razine anaerobnog energetskoga kapaciteta – Ttlim, 120step, Wingate (2P+2V) 22. Unos, obrada i interpretacija rezultat dobivenih provedbom terenskih testova – T300, 8x40m, Ttlim, 120step, Wingate (2P+2V) 23. Dijagnostički postupci za procjenu specifične kondicijske pripremljenosti – specifični testovi po sportovima (2P+2V) 24. Unos, obrada i interpretacija rezultat dobivenih testiranjem (2P+2V)					
obveze studenata	Pohađanje i aktivno sudjelovanje na nastavi.					
praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	11%	1	usmeni ispit	56%	5
	seminarski rad	33%	3			
				ukupno	**9 ECTS**	
obvezna literatura	1. Jukić, I., Marković, G. (2003). Kondicijske vježbe s utezima. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. Dijagnostika treniranosti sportaša. (1997). Zbornik radova Međunarodnog znanstveno-stručnog skupa. 3. Sekulić, D., Metikoš, D. (2007). Osnove transformacijskih postupaka u kineziologiji. Sveučilište u Splitu, Fakultet prirodoslovno-matematičkih znanosti i kineziologije (sveučilišni udžbenik).					
dopunska literatura	1. Jukić, I. i sur. (ur.) (2003-2011). Zbornici radova Međunarodnog znanstveno-stručnog skupa: Kondicijska priprema sportaša. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Udruga kondicijskih trenera Hrvatske. 2. Reilly, T. (2003). Science and Soccer. London: Spon Press					

	3. Jukić, I. (ur.)(2003-2011). Kondicijski trening. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Udruga kondicijskih trenera Hrvatske.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.

METODIKA KONDICIJSKE PRIPREME III. (162358)

nositelj predmeta	**izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić**
kancelarija	Sportsko dijagnostički centar (soba 7)
konzultacije	srijedom od 9.00
e-mail	vlatko.vucetic@kif.hr
telefon	+38513658663
Nastavnik	**dr. sc. Jere Gulin, pred.**
Kancelarija	Sportsko dijagnostički centar (soba 8)
Konzultacije	Uz prethodni dogovor e-mailom
e-mail	jere.gulin@kif.hr
Telefon	
Vanjski suradnik	Ivan Lulić, mag. cin.
e-mail	ivan.lulic@kif.hr
Vanjski suradnik	Matej Martinko, mag. cin.
e-mail	matej.martinko@kif.hr
vanjski suradnik	Robert Bobinec
e-mail	robert.bobinec@kif.hr

studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	specijalistički
semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2 ECTS
mjesto izvođenja	(P+S) predavaonica + dvorana		
način izvođenja nastave	30(15P+15V)	očekivani broj studenata na predmetu	83
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje znanja o oblikovanju metodičkih postupaka za razvoj motoričkih sposobnosti, morfoloških karakteristika i unapređenje zdravstvenog statusa sportaša..		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju: - Oblikovati metodičke postupke za razvoj i održavanje kondicijskih svojstava sportaša.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Odabrati i primijeniti odgovarajuće sadržaje, metode i opterećenja za razvoj i održavanje motoričkih sposobnosti sportaša - Odabrati i primijeniti odgovarajuće sadržaje, metode i opterećenja za razvoj i održavanje morfoloških karakteristika sportaša		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Metodički postupci za razvoj i održavanje jakosti (2P+2V) 2. Metodički postupci za učenje i usavršavanje tehnike izvedbe čučnja (2P+2V) 3. Metodički postupci za učenje i usavršavanje tehnike izvedbe mrtvog dizanja (2P+2V) 4. Metodički postupci za učenje i usavršavanje tehnike izvedbe vježbi potisaka (2P+2V) 5. Metodički postupci za učenje i usavršavanje tehnike izvedbe vježbi privlačenja (2P+2V) 6. Metodički postupci za razvoj i održavanje maksimalne brzine(1P+1V) 7. Metodički postupci za razvoj i održavanje brzine pojedinačnog pokreta (1P+1V) 8. Metodički postupci za razvoj i održavanje brzine reakcije (1P+1V) 9. Metodički postupci za razvoj i održavanje agilnosti (2P+2V)		

obveze studenata	Pohađanje i aktivno sudjelovanje na nastavi.					
praćenje rada studenata	kolokviji	63%	1,5	usmeni ispit	37%	0,5
				ukupno	**2 ECTS**	
obvezna literatura	1. Milanović, D., Jukić, I. (ur.) (2003). Kondicijska priprema sportaša. Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, Zagreb 21-22.02.2003. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Zagrebački sportski savez. 2. Jukić, I., Šalaj, S., Gregov, C. (ur.) (2003-2011). Kondicijski trening. Stručni časopis za teoriju i metodiku kondicijske pripreme. Kineziološki fakultet, Zagreb. 3. Jukić, I., Marković, G. (2005). Kondicijske vježbe s utezima. Zagreb: Kineziološki fakultet					
dopunska literatura	1. Beachle, T.R. i R.W. Earle (2000). Essentials of Strength and Conditioning. (2nd ed.). Champaign, Ill:Human Kinetics. 2. Jukić, I., Milanović, D. (ur.) (2004-2011). Kondicijska priprema sportaša, Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, Zagreb, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački sportski savez i Udruga kondicijskih trenera Hrvatske. 3. Bompa, T. (2005). Cjelokupan trening za mlade pobjednike, Gopal, Zagreb. 4. Boyle, M. (2010). Advances in Functional Training: Training Techniques for Coaches, Personal Trainers and Athletes. On Target Publications, USA. 5. Cook, G. (2010). Movement: Functional Movement Systems: Screening, Assessment, Corrective Strategies. E. Grayson Cook, USA.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U KPS-u II (162359)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić**			
Kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 7)			
Konzultacije		srijedom od 9.00			
e-mail		vlatko.vucetic@kif.hr			
Telefon		+38513658663			
studijski program	Preddiplomski stručni studij	status predmeta		obavezni	
Semestar	IV.	godina studija		II.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost		5.0 ECTS	
mjesto izvođenja					
način izvođenja nastave	30(30V)	očekivani broj studenata na predmetu		83	
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.				
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.				
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: • Praktično provesti dijagnostiku antropološkog statusa sportaša (rekreativaca) u okviru svoje specijalnosti • Metodički oblikovati trenažni proces na terenu • Praktično provoditi trenažni proces s različitim dobnim kategorijama				
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	• Praćenje oglednih treninga koje provode treneri specijalisti (10V) • Praćenje i registracija parametara trenažnog rada u sportskim klubovima, fitnes centrima i centrima za kondicijsku pripremu i rekreacijskim centrima (10V) • Pomaganje, asistiranje u procesu sportske pripreme djece i mladih sportaša (10V)				
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, rješavanje problemskih zadataka.				
Praćenje rada studenata	praktični rad	100%	5		
				ukupno	**5.0 ECTS**
Obvezna literatura					
Dopunska literatura					
Način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.				

SMJER – FITNES – IV. SEM

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer FITNES						
162353	Zdravstveni aspekti treninga i prehrane u fitnesu	izv. prof. dr.sc. Marija Rakovac	30	15	0	5
162354	Programiranje treninga fitnesa I.	izv. prof. dr.sc. Josipa Nakić	30	15	0	4
162355	Grupni fitnes programi III.	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić	30	0	25	7
162356	Stručno-trenerska praksa u fitnesu II.	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić izv. prof. dr. sc. Saša Vuk	0	0	60	5
		UKUPNO	**90**	**30**	**85**	**21**

ZDRAVSTVENI ASPEKTI TRENINGA I PREHRANE U FITNESU (162353)

nositeljica predmeta		**izv. prof. dr. sc. Marija Rakovac**	
kancelarija		31	
konzultacije		prema dogovoru putem elektroničke pošte	
e-mail		marija.rakovac@kif.hr	
telefon		+38513658651	
nastavnik		**doc.dr. Maja Cigrovski Berković**	
kancelarija			
konzultacije			
e-mail		maja.cigrovski.berkovic@kif.hr	
telefon			
vanjski suradnik		**prof. dr. sc. Zdravko Babić**	
e-mail		zdravko.babic@kif.hr	
vanjski suradnik		**prof.dr. Zijad Duraković**	
e-mail		zijad.durakovic@kif.hr	
vanjski suradnik		**doc.dr. Boris Radić**	
e-mail		boris.radic@kif.hr	
vanjski suradnik		**mag. Ana Ilić**	
e-mail		ana.ilic@kif.hr	
studijski program	Preddiplomski stručni studij	status predmeta	Obvezni specijalistički
semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja	(P+S) predavaonica		
način izvođenja nastave	45 (30P+15S) Izvedbeni sati: 20P*	očekivani broj studenata na predmetu	32
ciljevi predmeta	Temeljni ciljevi predmeta su stjecanje znanja o biološkim mehanizmima učinaka pojedinih vrsta treninga na zdravlje, u primarnoj i sekundarnoj prevenciji najčešćih kroničnih bolesti srčano-žilnog sustava, zdravstvenim pokazateljima, zdravstvenim preporukama za trening, mogućim zdravstvenim rizicima treninga u fitnesu, indikacijama za ograničenje u treningu, osobitostima prehrane koja prati trening u pojedinim programima fitnesa i dodacima u prehrani		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Izrada učinkovitog plana i programa vježbanja vezanog uz zdravlje zdravih osoba. Izrada učinkovitog i zdravstveno sigurnog plana i programa vježbanja bolesnih osoba. Evaluacija učinaka vježbanja na zdravlje.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: - razumjeti biološke mehanizme učinaka pojedinih vrsta treninga na zdravlje, u primarnoj i sekundarnoj prevenciji najčešćih kroničnih bolesti srčano-žilnog sustava, - razumjeti zdravstvene preporuke i rizike pojedinih oblika treninga u fitnesu, - osigurati uvjete zdravstveno sigurnog programa treninga, - razumjeti principe prehrane i odrednice za modifikaciju prehrane s obzirom na vrstu, trajanje, intenzitet i učestalost treninga u fitnesu, - zauzeti kritički stav prema primjeni ergogenih sredstava, suplemenata,		

	- primijeniti metode procjene energetskog utroška treninga, procjene optimalne tjelesne mase postupcima analize sastava tijela, - ocijeniti učinke provedenih trenažnih programa u fitnesu, - surađivati sa stručnjacima iz područja nutricionizma i biomedicine.
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**Predavanja i seminari** 1. Povezanost kardiorespiratorne i mišićne spremnosti i pokazatelja zdravstvenog statusa (2P) 2. Mehanizmi učinaka aerobnog treninga na regulaciju tjelesne mase, arterijske hipertenzije, toleranciju glukoze (2P) 3. Zdravstveni učinci treninga jakosti i mišićne izdržljivosti na novije čimbenike rizika za razvoj ateroskleroze (2P) 4. Starija životna dob – fiziološka dob i zdravstveni učinci aerobnog treninga, treninga jakosti i mišićne izdržljivosti u osoba starije životne dobi (2P+2S) 5. Učinci aerobnog treninga i treninga jakosti mišićne izdržljivosti na povećanje koncentracije HDL-kolesterola u plazmi (2P) 6. Učinci aerobnog treninga i treninga jakosti mišićne izdržljivosti na sniženje povećanih koncentracije triglicerida u plazmi (2P) 7. Indikacije za ograničenje opterećenja u fitnesu (2P+1S) 8. Moguće kardiovaskularne komplikacije tijekom opterećenja (2P+1S) 9. Procjena energetskog utroška tijekom treninga procjena optimalne tjelesne postupcima analize sastava tijela (1P+2S) 10. Evaluacija i postupci procjene učinaka zdravstvenog fitnesa (2P+2S) 11. Energetske potrebe u treningu fitnesa, potrebe za ugljikohidratima, proteinima i mastima (2P+1S) 12. Vitamini i minerali, nadoknada tekućina (2P+1S) 13. Količina, oblik i vrijeme obroka (2P+1S) 14. Ergogena sredstva: hormonalna, farmakološka (2P+2S) 15. Ergogena sredstva: fiziološka i nutritivna - Suplementi (2P+2S)
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi.
praćenje rada studenata	pismeni ispit | 100% | 5 ukupno **5 ECTS**
obvezna literatura	1. Mišigoj-Duraković, M. i sur. (2018).Tjelesno vježbanje i zdravlje. Zagreb: Znanje d.o.o. – odabrana poglavlja; 2. Šatalić, Z., Sorić, M., Mišigoj-Duraković, M. (2016). Sportska prehrana. Zagreb: Znanje. 3. Mišigoj-Duraković, M. (2003). Osnove prehrane u športu. u: Športska medicina. ur. Pećina, M. i sur., Zagreb: Medicinska naklada, 35-37. 4. Šatalić, Z., Mišigoj-Duraković, M. (2019). Temeljni principi prehrane. U: Sportska medicina. Ur. Pećina, M. Zagreb: Medicinska naklada (str. 62-71). 5. Likić, R., Francetić, I. (2019). Doping u sportu. U: Sportska medicina. Ur. Pećina, M. Zagreb: Medicinska naklada (str. 72-81).
dopunska literatura	1. Mišigoj-Duraković, M. (2003). Značaj tjelesne aktivnosti i sporta za zdravlje. u: Interna medicina, ur. Vrhovac, B. i sur., 3. obnovljeno izdanje. Zagreb: Naprijed, 12-14. 2. Krznarić, Ž., Mišigoj-Duraković, M., Milutinović, S. (2008). Način života i zdravlje. u: Interna medicina. ur. Vrhovac, D. i sur. Zagreb: Medicinska biblioteka, Naklada Ljevak, 9-16. 3. Bouchard, C., Blair, S. i Haskell, W. L. (2007). Physical activity and health. Champaign, IL: Human Kinetics.

	4. Ehrman, J. K. i sur. (2010). ACSMs resource manual for guidelines for exercise and testing prescription (6. izdanje). Baltimore, MD: Lippincott Williams & Wilkins. 5. Jeukendrup, A., Gleeson, M. (2010). Sports Nutrition - an introduction to energy production and performance. Champaign, IL: Human Kinetics.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.

PROGRAMIRANJE TRENINGA FITNESA I (162354)

nositeljica predmeta		**izv. prof. dr. sc. Josipa Nakić**	
kancelarija		40/3	
konzultacije		prema dogovoru putem e-maila ili osobno na fakultetu	
e-mail		josipa.nakic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658603	
nastavnik		**dr. sc. Asim Bradić, prof. v. š.**	
kancelarija		40/5	
konzultacije		prema dogovoru putem e-maila ili osobno na fakultetu	
e-mail		asim.bradic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658605	
studijski program	Preddiplomski stručni studij	status predmeta	Obvezni specijalistički
semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	položeni obvezni predmeti Osnovnih kneziioloških transformacija 1 i 2 s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4)	bodovna vrijednost	4 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	45(30P+15S) Izvedbeni sati: 30P	očekivani broj studenata na predmetu	32
ciljevi predmeta	Predstaviti temeljna načela i zakonitosti oblikovanja programa pojedinačnog treninga i trenažnih ciklusa, ciljno usmjerenih prema unaprjeđenju/održavanju sastavnica zdravstvenog fitnesa – mišićno-motoričke sastavnice, srčano-dišne sastavnice, morfološke sastavnice i metaboličke sastavnice. Predstaviti načine određivanja komponenata opterećenja u treningu fitnesa. Predstaviti akutne i kronične učinke primjene različitih modaliteta treninga fitnesa na radnu sposobnost čovjeka. Predstaviti osnovne informacije o specifičnostima oblikovanja programa treninga fitnesa posebnih populacija.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	- sposobnost neovisnog kritičkog promišljanja i rješavanja praktičnih kineziioloških problema - sposobnost planiranja, programiranja i provođenja transformacijskih procesa u područjima primijenjene kineziologije - sposobnost promoviranja tjelesnog vježbanja u funkciji unaprjeđenja i očuvanja zdravlja osoba različite dobi, spola i razine tjelesne aktivnosti		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušanog i položenog predmeta studenti će moći: • definirati akutne fiziološke promjene u organizmu pod utjecajem različitih modaliteta treninga fitnesa; • definirati osnove prilagodbe organizma na trening s otporom, srčano-dišni trening, trening fleksibilnosti te trening ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova; • definirati i znati primijeniti osnovna načela progresije u treningu fitnesa zdravih osoba; • znati oblikovati optimalne programe vježbanja za unaprijeđenje/održavanje zdravstvenog fitnesa zdravih osoba; • definirati i razumjeti specifičnosti oblikovanja programa vježbanja za posebne populacije, poput djece i mladih te starijih osoba;		

	• znati integrirati spoznaje o treningu fitnesa sa spoznajama o prehrani, a s ciljem optimizacije prilagodbe organizma na trenažni podražaj.
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**Teorijska predavanja (P) i seminari (S)** 1. Akutni fiziološki odgovor organizma na trening jakosti i snage (4P) 2. Kronična prilagodba organizma na trening jakosti i snage (4P + 2S) 3. Određivanje komponenti opterećenja u treningu jakosti i snage (4P + 4S) 4. Akutni fiziološki odgovor organizma na srčano-dišni trening (4P) 5. Kronična prilagodba organizma na srčano-dišni trening (4P + 2S) 6. Određivanje komponenti opterećenja u srčano-dišnom treningu (2P + 2S) 7. Akutni fiziološki odgovor organizma na trening ravnoteže i stabilizacije (2P) 8. Kronična prilagodba organizma na trening ravnoteže i stabilizacije (4P + 2S) 9. Određivanje komponenti opterećenja u treningu ravnoteže i stabilizacije (2P + 2S**)**
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave; aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu; polaganje kolokvija i ispita.

praćenje rada studenata	pohađanje nastave	25%	1	kolokvij	25%	1
	pismeni ispit	50%	2	ukupno	**4 ECTS**	

obvezna literatura	1. Nakić, J. (2021) Video predavanja i pdf prezentacije objavljene na Merlinu, sustavu za e-učenje. 2. Nakić, J. (2022). *Kineziologija rada: Pravilne posturalno-kretne navike i vježbanje s ciljem očuvanja zdravlja mišićno-koštanog sustava administrativnih radnika*. Ministarstvo rada, mirovinskog sustava, obitelji i socijalne politike, Uprava za rad i zaštitu na radu, Zagreb. Dostupno na https://uznr.mrms.hr/wp-content/uploads/2022/06/Prirucnik-web.pdf 3. Clark, M. A., Lucett, S. C., Sutton, B. G. (2018). *NASM Essentials of Personal Fitness Training* (6th ed.). National Academy of Sports Medicine. 4. Clark, M. A., Lucett, S. C. (2011). *NASM Essentials of Corrective Exercise Training* (1st ed.). National Academy of Sports Medicine. 5. Muscle & Motion (2014.) All about strength training, računalni program, http://www.muscleandmotion.com/multifitHomePage.aspx . Multifit, Billoo 10, T.A, Israel. 6. Abernethy, B., Hanrahan, S.J., Kippers, V., Mackinnon, L.T. i Pandy, M.G. (2012). *Biofizičke osnove ljudskog pokreta*. Beograd, Data status. 7. Cook, Gray (2003). *Athletic body in balance*. Human Kinetics, Champaign, IL. 8. McGill, S. (2014). Ultimate back fitness and performance. Wabuno Publishers, Backfitpro Inc., Waterloo, fifth edition, Ontario, Canada. 9. Sekulić, D., Metikoš, D. (2007). *Osnove transformacijskih postupaka u kineziologiji*. Fakultet prirodoslovno-matematičkih znanosti, Split. 10. Zatsiorsky, V.M., Kraemer, W.J. (2010). *Znanost i praksa u treningu snage*. Datastatus, Beograd.
dopunska literatura	1. ACSM. (2009). ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription. Lippincott Wiliams & Wilkins, Baltimore. 2. Alter, M (1996). The Science of Flexibility. Champaign. IL: Human Kinetics. 3. Boyle, Michael (2010). Advances in functional training. Aptos, CA. 4. Egosque, P., Gittines, R. (2004). Egoscue metoda: pokretom do zdravlja. Grafički zavod Hrvatske. 5. Esther Gokhale (2008). 8 STEPS to a PAIN-FREE BACK. Pendo Press, 881 Tolman Drive, Stanford, CA 94305.

	6. Julie A Webster (2009. Regaining Good Posture Through Stretches and Supportive Exercises. 7. McGill, S. (2007). Low back disorders. Human Kinetics, Champaign, IL.McGill, S. (2014). 8. McGill, S. (2015). Back Mechanic: The secrets to a healthy spine your doctor isn't telling you. Backfitpro Inc., Gravenhurst, Ontario, Canada. 9. Nakić, J., Kovačević, E., Abazović, E. (2017). Prednji i stražnji nagib zdjelice. Kondicijski trening, 15(1): 30-35.
način praćenja kvalitete	Redovito praćenje aktivnosti studenata na predavanjima i seminarskoj nastavi. Krajem semestra bit će napravljena evaluacija predmeta i nastavnika koji rade na predmetu. Evaluacija nastavnika pomoći će i za unapređenje njihovog rada. Sveučilišna studentska anketa.

GRUPNI FITNES PROGRAMI III. (162355)

nositeljica predmeta		**prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić**	
kancelarija		173	
konzultacije		Srijeda 12.30 do 13.00 te prema dogovoru putem e-mail adrese ili na tel. +385 95 3658805	
e-mail		gordana-furjan-mandic@kif.hr	
telefon		+38513658773	
nastavnik		**doc. dr. sc. Josipa Radaš**	
kancelarija		168	
konzultacije		ponedjeljkom u 11.00 sati	
e-mail		josipa.radas@kif.hr	
telefon		+38513658768	
vanjska suradnica		**Marita Ukić, pred.**	
e-mail		marita.ukic@kif.hr	
vanjska suradnica		**Adrijana Dolančić, prof.**	
e-mail		adrijana.dolancic@kif.hr	
vanjski suradnik		**Viktorio Miličević, prof.**	
e-mail		viktorio.milicevic@kif.hr	
vanjska suradnica		**Jasminka Tomčić,**	
e-mail		jasminka.tomcic@kif.hr	
studijski program	Preddiplomski stručni studij	status predmeta	Obvezni specijalističkii
Semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	7 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica (V) dvorana H		
način izvođenja nastave	55(30P+25V)	očekivani broj studenata na predmetu	32
ciljevi predmeta	Usvajanje osnovnih i složenijih kretnih struktura vježbi za razvoj repetitivne snage, gibljivosti pilatesa, joge te ostalih suvremenih fitnes programa i njihova praktična primjena u rekreaciji, kineziterapiji i sportu.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Sposobnost samostalnog planiranja, programiranja i vođenja satova različitih grupnih fitnes programa za populaciju različite dobi i razine treniranosti.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušanog i položenog predmeta studenti će biti u stanju: - demonstrirati pravilnu tehniku različitih vrsta grupnih fitnes programa (GFP); - učinkovito i sigurno poučavati zdrave osobe različite dobi, spola i razine tjelesne aktivnosti različitim vrste GFP; - učinkovito i sigurno poučavati osobe različite dobi, spola i razine tjelesne aktivnosti različitim vrste GFP; - razumjeti i uspješno primjenjivati sadržaje GFP s obzirom na ciljeve transformacijskog procesa u fitnesu; - programirati sat fitnes vježbanja sa sadržajima GFP;		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**Teorijska predavanja**: 1. Kineziološka struktura suvremenih grupnih fitnes programa 4P 2. Uloga i način rada instruktora u grupnim fitnes programima 2P 3. Nepreporučljive kretne strukture u aerobici 2P) **Teorijsko-praktična predavanja i vježbe** 1. Metodski postupci promjene vodeće noge 4P+6V		

	2. Postavljanje voditelja u odnosu na grupu 4P+4V 3. Vježbe za razvoj gibljivosti i relaksacija 4P+4V 4. Vježbe za razvoj repetitivne snage 4P+4V 5. Klasična pilates tehnika 4P+4V 6. Pilates s korištenjem rekvizita 2P+3V*)*					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave; aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu; polaganje kolokvija i ispita.					
praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	10%	1	praktični rad	40%	3
	Kolokviji	20%	1	usmeni ispit	30%	2
				ukupno	**7 ECTS**	
obvezna literatura	1. Zbornik radova, 6. zagrebački sajam sporta „Suvremena aerobika“ (1997)., Metikoš, D., Prot, F., Furjan-Mandić, G., Kristić, K., (ur.) Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu. 2. Alter, M. J. (1990). Science of stretching. Champaign, Ilinois: Human Kinetics Books. 3. Siler, B.: Pilates tijelo – vodič kroz vježbe za jačanje, izduživnje i oblikovanje tijela kod kuće – bez sprava, Zagreb, Biovega, 2003 4. Jagodić-Rukavina, A-M (2006). Body tehnika. Planetopija, Zagreb.					
dopunska literatura	1. Jagodić Rukavina, A-M.: Metodika individualnog i grupnog rada pilates vježbanja (Magistarski rad), Zagreb, 2005. 2. Furjan-Mandić, G. i Kondrič, M. (2005). Nordijsko hodanje - nova aktivnost u fizičkoj pripremi sportaša. U: Sekulić, Damir (ur.). Međunarodno znanstveno-stručno savjetovanje Sport-rekreacija-fitnes, Split, 15. april 2005. Zbornik radova. (str. 165-168). Split: Fakultet prirodoslovno matematičkih znanosti i odgojnih područja, Zavod za kineziologiju..					
način praćenja kvalitete	Redovito praćenje aktivnosti studenata na predavanjima, seminarskoj nastavi i vježbama te kontinuirano provođenje testiranja kroz semestar (kolokviji). Krajem semestra bit će napravljena evaluacija predmeta i nastavnika koji rade na predmetu. Evaluacija nastavnika pomoći će i za unapređenje njihovog rada. Sveučilišna studentska anketa..					

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U FITNESU II (162356)

nositeljica predmeta		**prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić**				
Kancelarija		173				
Konzultacije		Srijeda 12.30 do 13.00 te prema dogovoru putem e-mail adrese ili na tel. +385 95 3658805				
e-mail		gordana-furjan-mandic@kif.hr				
Telefon		+38513658773				
nastavnik		**izv. prof. dr. sc. Saša Vuk**				
Kancelarija		40/3				
Konzultacije		Prema dogovoru e-poštom.				
e-mail		sasa.vuk@kif.hr				
Telefon		+38513658603				
studijski program	Stručni studij	status predmeta			obavezni	
Semestar	IV.	godina studija			II.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost			5.0 ECTS	
mjesto izvođenja						
način izvođenja nastave	30(30V)	očekivani broj studenata na predmetu			32	
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.					
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.					
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Praktično provesti dijagnostiku antropološkog statusa sportaša (rekreativaca) u okviru svoje specijalnosti - Metodički oblikovati trenažni proces na terenu - Praktično provoditi trenažni proces s različitim dobnim kategorijama					
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Asistiranje u treningu koji provode treneri specijalisti (15V) - Sudjelovanje u praktičnoj provedbi dijelova trenažnog procesa (15V) - Dijagnostički postupci za utvrđivanje stanja pripremljenosti sudionika u sportu, rekreaciji, kondicijskoj pripremi ili fitnesu (15V) - Samostalno planiranje i provođenje treninga mlađih dobnih kategorija u sportu te trenažnoga rada u kondicijskoj pripremi, rekreaciji i fitnesu (15V)					
Obveze studenata	Pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, rješavanje problemskih zadataka.					
Praćenje rada studenata	praktični rad	100%	0			
				ukupno	**5.0 ECTS**	
Obvezna literatura						
Dopunska literatura						
Način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.					

SMJER – SPORTSKA REKREACIJA – IV. SEM

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORTSKA REKREACIJA						
162360	Metodika sportske rekreacije u slobodno vrijeme I.	izv. prof. dr. sc. Danijel Jurakić	30	15	0	4
162361	Metodika sportske rekreacije u turizmu II.	izv. prof. dr. sc. Drena Trkulja Petković	40	10	10	6
162362	Ekonomika sportske rekreacije	izv. prof. dr. sc. Sanela Škorić	30	0	15	5
162363	Kineziterapija	izv. prof. dr. sc. Lidija Pertinović izv. prof. dr. sc. Tatjana Trošt Bobić	40	0	20	6
162364	Stručno-trenerska praksa u sportskoj rekreaciji II.	izv. prof. dr. sc. Drena Trkulja Petković	0	0	60	5
		UKUPNO	**140**	**25**	**105**	**26**

METODIKA SPORTSKE REKREACIJE U SLOBODNO VRIJEME I (162360)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Danijel Jurakić**	
kancelarija		117	
konzultacije		srijedom od 13.30 do 14.30	
e-mail		danijel.jurakic@kif.hr	
telefon		+38513658656	
vanjski suradnik		dr. sc. Vlatka Wertheimer	
e-mail		vlatka.wertheimer@kif.hr	
vanjski suradnik		Martin Andrijašević, prof.	
e-mail		martin.andrijasevic@kif.hr	
vanjski suradnik		Andrija Mikša, mag.cin.	
e-mail		andrija.miksa@kif.hr	
vanjski suradnik		dr. sc. Andrea Vrbik, pred.	
e-mail		andrea.vrbik@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	Obvezni
semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	4 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica (S+V) predavaonica + dvorana + terenska nastava		
način izvođenja nastave	60(30P+15S) Izvedbeni sati: 30P*	očekivani broj studenata na predmetu	6
ciljevi predmeta	Cilj je ovog predmeta osposobiti studente za postavljanje i oblikovanje svih vrsta sportsko-rekreacijskih planova i programa u različitim uvjetima i za različite potrebe populacije. Osposobljavanje u upravljanju i realizaciji programa. Poštujući temeljne kriterije kineziološke struke bit će sposobni projektirati i organizirati samostalno sportsko rekreacijsku djelatnost u različitim uvjetima te realizirati planove i programe transformacijskog karaktera uključujući dijagnostiku, praćenje i kontrolu učinaka tretmana. Uspostavlja suradnju sa stručnjacima drugih profila i kompetencija i provodi marketinške poslove.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Organizacija stručnog rada u sportskoj rekreaciji u različitim uvjetima i za različite potrebe sa svrhom i ciljem edukacije te zaštite i unapređenja zdravlja sudionika rekreacijskih programa. Oblikovanje individualnih i grupnih programa vježbanja za potrebe rekreacije. Rad u timu sa stručnjacima iz drugih područja.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: - primijeniti metode upravljanja sustavima u čijoj je osnovi koncept kineziološke rekreacije; - izraditi financijski plan rentabilnosti ulaganja pojedinih sportsko-rekreacijskih programa u različitim uvjetima; - postaviti koncepciju programa kineziološke rekreacije za različite potrebe; - surađivati u različitim znanstveno-stručnim područjima (unapređenje zdravlja, razvoj privredne djelatnosti – turizam i rad); - oblikovati i provoditi transformacijske programe poštujući sve kriterije i metode za provedbu programa; - primijeniti znanja iz komplementarnih područja koja su potpora kineziološkoj rekreaciji (prirodni resursi, prehrana i razne tradicionalne tehnike); - koristiti suvremene tehnologije za individualne kompleksne programe.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen	Predavanja, seminari i vježbe		

prema satnici nastave	1. Opće spoznaje i uloga metodike sportske rekreacije u slobodnom vremenu. Zadaća i ciljevi metodike sportske rekreacije u slobodnom vremenu. (4P) 2. Pojam slobodnog vremena kao vremenskog resursa u cilju regeneracije organizma. (4P+2S) 3. Struktura poslova i profesionalnih radnih zadaća u suvremenom radu. Analiza rada i radnog procesa. (4P+2S) 4. Osnove metodike sportske rekreacije namijenjen unapređenju statusa djelatnika. (4P+2S) 5. Planiranje i programiranje sportske rekreacije za osobe koje obavljaju profesionalni rad u sjedećem položaju (2P+1S) 6. Planiranje i programiranje sportske rekreacije za osobe koje obavljaju profesionalni rad u stajanju(2P) 7. Planiranje i programiranje sportske rekreacije za specifična radna mjesta (2P+2S) 8. Principi planiranja i programiranja sportsko-rekreacijskih programa namijenjenih djelatnicima. Mogućnosti primjene različitih programa u svrhu smanjenja i prevencije akutnog umora. (2P+2S) 9. Vrste, ciljevi i mogućnosti planiranja i programiranja sportske rekreacije namijenjene djelatnicima. (4P+2S) 10. Mogućnosti evaluacije učinaka programa kineziološke rekreacije namijenjenih djelatnicima različitih profila zanimanja. (2P+2S)					
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	20%	1	usmeni ispit	15%	0.5
	pismeni ispit	50%	2	seminarski rad	15%	0.5
				ukupno	**4 ECTS**	
obvezna literatura	1. Andrijašević, M. (2010). Kineziološka rekreacija. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. Andrijašević, M. (2004). Programi i sadržaji razvoja sportsko-rekreacijskog turizma u Hrvatskoj. u: Bartoluci, M. i sur. (ur.) Menadžment u sportu i turizmu. Zagreb: KF, EF. 3. Andrijašević, M. i D. Jurakić (ur), (2011). Sportska rekreacija u funkciji unapređenja zdravlja. ZR međunarodne znanstveno-stručne konferencije. Kineziološki fakultet, Zagreb.					
dopunska literatura	1. Ivanišević, G. i sur.(2004). Zdravstveni turizam, prehrana, kretanje i zaštita okoliša u Hrvatskoj, znanstveni skup Veli Lošinj. Zagreb: Akademija medicinskih znanosti Hrvatske. 2. Mišigoj-Duraković, M. i sur.(1999). Tjelesno vježbanje i zdravlje. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu, Grafos. 3. Corbin, B. C., Lindsey, R., Welk, I. G., Corbin, R.W. (2002). Concepts of fitness and wellness. New York, USA: Mc Graw Hill Companies. 4. Štuka, K. (1985). Rekreacijska medicina. Zagreb: Sportska tribina.					
način praćenja kvalitete	Informacije o napretku i eventualnim poteškoćama u savladavanju gradiva, davat će se studentima tijekom cijelog semestra. Valorizacija će provoditi anonimnim anketiranjem studenata na kraju izvedene nastave.					

METODIKA SPORTSKE REKREACIJE U TURIZMU II (162361)

nositeljica predmeta		**izv. prof. dr. sc. Drena Trkulja - Petković**	
kancelarija		119	
konzultacije		prema dogovoru putem e-pošte	
e-mail		drena.trkulja-petkovic@kif.hr	
telefon		+38513658719	
vanjska suradnica		**Valentina Novosel, prof.**	
e-mail		valentina.novosel@kif.hr	
vanjski suradnik		**Damir Mandić, prof.**	
e-mail		damir.mandic@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	6.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica + dvorana		
način izvođenja nastave	60 (40P + 10S+ 10V) Izvedbeni sati: 30*	očekivani broj studenata na predmetu	6
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente sa osnovnim teorijskim odrednicama turizma i sportske rekreacije te njihovom međusobnom povezanošću. Pored toga cilj predmeta je upoznati studente sa širokim spektrom različitih sportsko rekreacijskih aktivnosti, sadržaja i programa te načinima (metodikom) provedbe istih kao osnovnih i/ili izuzetno značajnih sadržaja turističke ponude..		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će stečena teorijska i metodička znanja moći primijeniti: - u području sportske rekreacije, sporta i kineziterapije - u svakodnevnom životu - u uspostavljanju suradnje sa stručnjacima drugih profila i kompetencija - u podizanju kvalitete turističke ponude RH		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- usvojiti temeljna teorijska i praktična znanja za provedbu sportsko rekreacijskih programa u turizmu; - planirati, programirati i provoditi veliki broj različitih sadržaja i programa sportske rekreacije; - dijagnosticirati (inicijalno, tranzitivna i finalno) stanje korisnika programa kao osnove za odabir i provedbu sadržaja sportske rekreacije pogodnih za optimalizaciju antropološkog statusa; - kreirati nove sadržaje i programe sportske rekreacije.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja, seminari i vježbe 1. Faktori turizma. Sistematizacija i međusobna povezanost. (2P) 2. Pokretački faktori ili faktori potražnje. Objektivni faktori potražnje: stanovništvo, industrijalizacija, urbanizacija, slobodno vrijeme, financijska sredstva (2P) 3. Subjektivni faktori potražnje i potreba uvođenja psiholoških pravaca u teorije turističke potražnje i potrošnje. Utjecaj mode, oponašanja, navika, vjere (religije), emocija, prestiža i snobizma na odabir određenog turističkog proizvoda (2P) 4. Faktori ponude; Prirodni i društveni faktori atraktivnosti te mogućnosti njihove ekonomske valorizacije (2P) 5. Pojmovno određenje, uloga i značaj faktora komunikativnosti (2P)		

	6. Faktori receptivnosti; Direktni turističko receptivni kapaciteti; Indirektni turističko receptivni kapaciteti; Faktori receptivnosti u širem smislu (2P) 7. Posrednički faktori; Turističke agencije i biroi (2P) 8. Funkcije turizma: zdravstvena, rekreativno-zabavna, obrazovna, kulturna, politička, socijalna; Humanističke i ekonomske funkcije turizma i njihova polifunkcionalnost. (4P) 9. Uloga sportske rekreacije u razvoju i podizanju kvalitete turističke ponude na moru, kopnu i planinskim područjima (2P) 10. Klimatsko-geografski potencijali hrvatskog turizma i sportske rekreacije (2P+6S) 11. Trendovi razvitka sportske rekreacije (sportsko rekreacijskog turizma) u suvremenom turizmu (2P+4S) 12. Sportsko rekreacijski programi i oblici aktivnosti u stacionaru (sistematizacija i definicija) (2P) 13. Metodički, organizacijski, materijalni i kadrovski aspekti primjene planinarskih oblika aktivnosti (usponi, vezni putovi, alpinizam, speleologija, slobodno penjanje) (4P+10V)
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, participacija troškova terenske nastave

praćenje rada studenata	pohađanje nastave	16%	1	pismeni ispit	50%	3
	seminarski rad	16%	1	usmeni ispit	18%	1
				ukupno	**6.0 ECTS**	

obvezna literatura	1. Andrijašević, M. (2010). Kineziološka rekreacija. Zagreb: Kineziološki fakultet sveučilišta u Zagrebu. 2. Andrijašević, M., Jurakić, D. (ur) (2011). Zbornik radova Međunarodne znanstveno-stručne konferencije - Sportska rekreacija u funkciji unapređenja zdravlja. Osijek: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Udruga kinezіologa Grada Osijeka. 3. Andrijašević, M. (ur.) (2009). Zbornik radova Međunarodne znanstveno-stručne konferencije - Upravljanje slobodnim vremenom sadržajima sporta i rekreacije. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 4. Bartoluci, M. (ur.) (2004). Zbornik radova Međunarodnog znanstvenog skupa - Sport u turizmu. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
dopunska literatura	1. Andrijašević, M. (ur.) (2008). Zbornik radova Međunarodne znanstveno-stručne konferencije – Kineziološka rekreacija i kvaliteta života. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. Trkulja Prtković, D. (2009). Aktivnim odmorom brže do oporavka organizma. Belupo glasilo, 128: 14-16. 3. Širić, V., Trkulja Petković, D., Končarević, M. (2008). Sportsko-rekreacijski sadržaji na otvorenom u funkciji unapređenja turističke ponude Osječko-baranjske županije. u: Neljak, B. (ur.) Zbornik radova 17. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske. 4. Vučić, D., Trkulja Petković, D. (2013). Implementacija sadržaja modula Kineziološka rekreacija: primjer iz prakse na Fakultetu organizacije i informatike. U: V. Findak (ur.), Zbornik radova 22. Ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske „Organizacijski oblici rada u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije“ (str. 385-392), Poreč: Hrvatski kineziološki savez.
način praćenja kvalitete	Anketni upitnik za studente o uspješnosti provedene nastave

EKONOMIKA SPORTSKE REKREACIJE (162362)

nositeljica predmeta		**izv. prof. dr. sc. Sanela Škorić**	
kancelarija		121	
konzultacije		prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		sanela.skoric@kif.hr	
telefon		+38513658721	
vanjski suradnik		prof. dr. sc. Mato Batroluci	
e-mail		mato.bartoluci@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	45 (30P + 15V) Izvedbeni sati: 20P*	očekivani broj studenata na predmetu	6
ciljevi predmeta	Cilj je ovog predmeta da studenti upoznaju metodologiju za cjelovito vrednovanje efekata sporta (posebno sportske rekreacije), uzimajući u obzir i njegove ekonomske učinke te da mogu egzaktno mjeriti doprinos pojedinih sportskih programa ekonomskom razvoju. Zadatak je ovog predmeta da studenti steknu određene spoznaje iz ekonomike sportske rekreacije te da upoznaju mogućnost njihove primjene.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Primijeniti znanje i razumijevanje koncepata, principa i teorije iz područja ekonomike u organizacijama sportske rekreacije.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - razumjeti sustav organizacije sportske djelatnosti; - spoznati ulogu menadžmenta u sportu i sportskoj rekreaciji - spoznati metodologiju za vrednovanje ekonomskih učinaka sportske rekreacije - spoznati primjenu izračuna pokazatelja ekonomske uspješnosti poslovanja		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Uvod u ekonomiku sporta: predmet, cilj, zadaci ekonomike sporta, sadržaj i metode istraživanja. Odnos ekonomike sporta prema drugim ekonomskim disciplinama. (2P) 2. Ekonomika sporta kao nastavna disciplina. Mjesto i uloga ekonomike sporta u ekonomskoj strukturi gospodarskih i društvenih djelatnosti. Odnos ekonomike sporta s neekonomskim disciplinama, posebno s kineziologijom. (2P) 3. Valorizacija društvenih učinaka sporta. Temeljne značajke sporta i sportske rekreacije. Organizacija sporta u sustavu društvenih djelatnosti: mjesto i uloga sportske rekreacije u sustavu sporta. (2P) 4. Način i izvori financiranja sportske rekreacije. Ekonomske funkcije sportske rekreacije. (2P) 5. Ekonomika korištenja resursa u sportskoj rekreaciji. Pojam, vrste i uloga resursa u sportskoj rekreaciji. Pojam imovine. Vrste i karakteristike imovine u sportskim organizacijama. (2P) 6. Objekti sportske rekreacije. Ekonomska osnova izgradnje, održavanja i korištenja sportskih objekata. Karakteristike sportskih objekata i opreme, ekonomska osnova izgradnje objekata. (2P+2V)		

	7. Amortizacija sportskih objekata i opreme, održavanje i funkcioniranje objekata i opreme, ekonomika korištenja objekata i opreme. (2P+2V) 8. Pojam kapaciteta. Izračun stupnja iskorištenosti kapaciteta. Pojam cijena. Metode izračuna cijena. (2P+2V) 9. Upravljanje troškovima u sportu i sportskoj rekreaciji. Vrste troškova u poslovnom procesu. Troškovi i stupanj iskorištenja kapaciteta. (2P) 10. Obračun i raspodjela u sportskim organizacijama. Osnove obračuna i raspodjele. Obračun i raspodjela u sportskim organizacijama. (2P+2V) 11. Ekonomska mjerila uspješnosti poslovanja. Proizvodnost rada. Ekonomičnost. Rentabilnost. Likvidnost. Ostali pokazatelji uspješnosti poslovanja. (2P+2V) 12. Ekonomika rada u sportu i sportskoj rekreaciji. Rad kao čimbenik poslovnog procesa. Karakteristike rada u sportu. Plaćanje rada u sportu. Neka obilježja rada u hrvatskom sportu. (2P) 13. Sportsko-rekreacijski centri kao nositelji aktivnosti u sportskoj rekreaciji. (2P+2V) 14. Valorizacija ekonomskih učinaka sportske rekreacije. Programi sportske rekreacije (outputi) kao osnova za ekonomsku valorizaciju. (2P+2V) 15. Valorizacija ekonomskih učinaka sportske rekreacije u turizmu. Ekonomska valorizacija različitih sportsko rekreacijskih programa: tenisa, golfa, sporta u turizmu, fitnes programi i dr. (2P) 16. Upoznavanje studenata za pravilima za izradu seminarskih radova i dodjela tema. (1V)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave i aktivan rad na nastavi. Izrada seminarskih radova i ostalih zadataka.					
praćenje rada studenata	aktivnosti na nastavi	10%	0,5	kolokvij	80%	4
	seminarski rad	10%	0,5	ukupno	**5 ECTS**	
obvezna literatura	Bartoluci, M. i Škorić, S. (2009). Menadžment u sportu. Zagreb: Odjel za izobrazbu trenera, Kineziološki fakultet Bartoluci, M. (2003). Ekonomika i menadžment sporta. Zagreb: Informator					
dopunska literatura						
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					

KINEZITERAPIJA (162363)

nositeljica predmeta		**izv.prof. dr. sc. Lidija Petrinović**	
kancelarija		202	
konzultacije		prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		lidija.petrinovic@kif.hr	
telefon		+38513658609	
nositeljica predmeta		**izv.prof. dr. sc. Tatjana Trošt Bobić**	
kancelarija		202	
konzultacije		prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		tatjana.trost.bobic@kif.hr	
telefon		+38513658659	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	obvezan
Semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	6 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A1 (V) dvorana K		
način izvođenja nastave	60(40P+20V) Izvedbeni sati: 30P*	očekivani broj studenata na predmetu	6
ciljevi predmeta	Osposobiti studente za razumijevanje osnovnih postavki o insuficijentnim stanjima lokomotornog sustava te za usvajanje teorijskih i metodičkih znanja potrebnih za planiranje, programiranje kineziterapijskih postupaka.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Kineziterapija omogućuje studentima znanja o insuficijentnosti lokomotornog sustava. - identificirati i analizirati značajke oslabljenih skupina mišića; - objasniti zakonitosti programiranja u kineziterapiji; - primijeniti ranije stečena znanja u koncipiranju plana programa u području kineziterapije.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	U oblikovanju ishoda učenja kineziterapije, polazeći od utvrđenih zadaća ovog nastavnog predmeta studenti će moći definirati i analizirati: - metode utvrđivanja oslabljene muskulature kroz određene pokrete i testove; - način planiranja i programiranja ciljanih kineziterapijskih procedura; - dijagnostiku određenih insuficijentnih stanja pojedinih mišića;		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Kineziterapija: Temeljna područja predmeta; Definicije (1P) 2. Predmet proučavanja kineziterapije; Zadaće kineziterapije; Principi kineziterapije. (1P) 3. Povijest kineziterapije, Razvoj kineziterapije. (1P) 4. Metodika praćenja i evidentiranja u kineziterapiji i rehabilitaciji. (1P) 5. Osnovne postavke dijagnostike i pregled rehabilitacijskih postupaka kod spuštenog stopala, Biomehanika stopala, Metode utvrđivanja statusa stopala (4P+2V) 6. Osnovne postavke dijagnostike i pregled rehabilitacijskih postupaka kod deformacija stopala (4P+2V) 7. Osnovne postavke dijagnostike i pregled rehabilitacijskih postupaka kod deformacija u području koljena; genua valga, genua vara, genua recurvata. (4P+2V) 8. Mehanizmi ozljeđivanja i osnove rehabilitacijskih postupaka kod ozljede koljena . (4P+2V) 9. Osnovne postavke dijagnostike i pregled rehabilitacijskih postupaka kod prirođene dislokacije kuka . (4P+2V)		

	10. Osnovne postavke dijagnostike i pregled rehabilitacijskih postupaka kod skolioze i skoliotičnog lošeg držanje . (4P+3V) 11. Osnovne postavke dijagnostike i pregled rehabilitacijskih postupaka kod kifoze, kifotičnog lošeg držanja, lordoze i lordotičnog lošeg držanja .(4P+3V) 12. Osnovne postavke dijagnostike i pregled rehabilitacijskih postupaka kod deformacija prsnog koša: pectus carrinatum, pectus planum, pectus excavatum. (4P+2V) 13. Osnovne postavke dijagnostike i pregled rehabilitacijskih postupaka kod deformacije torticolis . (4P+2V)				
Obveze studenata					
	usmeni ispit	100%	6	ukupno	**6 ECTS**
Obvezna literatura	1. Kosinac, Z. (1992). Nepravilna tjelesna držanja djece i omladine: simptomi, prevencija i vježbe. Split: Fakultet prirodoslovno matematičkih znanosti i odgojnih područja u Splitu, Zavod za fizičku kulturu. 2. Kosinac, Z. (2002). Kineziterapija sustava za kretanje. (Udžbenik). Split: Sveučilište u Splitu.				
Dopunska literatura	1. Cvjetičanin, M. (1993). Priručnik o stopalu. I. Izdanje. Samobor:TIP „A. G. Matoš“ d.d. 2. Ciliga, D., Trošt Bobić, T., Petrinović Zekan, L. (2011). Dijagnostika u kineziterapiji. u: Findak,V. (ur.) Zbornik radova 20. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske „Dijagnostika u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije“, Poreč, 2011., Zagreb: Hrvatski kineziološki savez. 3. Petrinović Zekan, L., Ciliga, D., Trošt Bobić, T. (2010). Individualizacija rada u području kineziterapije. u: Neljak, B. (ur.) Zbornik radova 19. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske „Individualizacija rada u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije“, Poreč, 2010., Zagreb: Hrvatski kineziološki savez, 55-60. 4. Ciliga, D., Trošt Bobić, T., Petrinović Zekan, L. (2009). Metodički organizacijski oblici rada u kineziterapiji. u: Neljak, B. (ur.) Zbornik radova 18. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske „Metodički organizacijski oblici rada u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije“, Poreč, 2009., Zagreb: Hrvatski kineziološki savez, 29-37. 5. Ciliga, D., Petrinović Zekan, L. (2008). Stanje i perspektiva razvoja u području kineziterapije. u: Zbornik radova međunarodne znanstveno-stručne konferencije 17. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske, Zagreb: Hrvatski kineziološki savez, 66-71.				
Način praćenja kvalitete	Anketni upitnik za studente o uspješnosti predavanja i vježbi.				

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U SPORTSKOJ REKREACIJI II (162364)

nositeljica predmeta		**izv. prof. dr. sc. Drena Trkulja - Petković**	
kancelarija		119	
konzultacije		prema dogovoru putem e-pošte	
e-mail		drena.trkulja-petkovic@kif.hr	
telefon		+38513658719	
studijski program	Preddiplomski stručni studij	status predmeta	obavezni
Semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	60(60V)	očekivani broj studenata na predmetu	10
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Praktično provesti dijagnostiku antropološkog statusa sportaša (rekreativaca) u okviru svoje specijalnosti - Metodički oblikovati trenažni proces na terenu - Praktično provoditi trenažni proces s različitim dobnim kategorijama		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Asistiranje u treningu koji provode treneri specijalisti (15V) - Sudjelovanje u praktičnoj provedbi dijelova trenažnog procesa (15V) - Dijagnostički postupci za utvrđivanje stanja pripremljenosti sudionika u sportu, rekreaciji, kondicijskoj pripremi ili fitnesu (15V) - Samostalno planiranje i provođenje treninga mlađih dobnih kategorija u sportu te trenažnoga rada u kondicijskoj pripremi, rekreaciji i fitnesu (15V)		
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, rješavanje problemskih zadataka.		
Praćenje rada studenata	praktični rad	100%	
		ukupno	**5.0 ECTS**
Obvezna literatura			
Dopunska literatura			
Način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.		

SMJER – RAZNI SPORTOVI – IV. SEM

BICIKLIZAM, JEDRENJE, KICKBOXING, KLIZANJE, KONJIČKI SPORT, KOŠARKA, NOGOMET, ODBOJKA, PLES, RUKOMET, TENIS

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
	Metodika II		45	0	45	8,5
	Metodika III		45	0	45	8,5
	Stručno-trenerska praksa izabranog sporta II.		0	0	60	5
		UKUPNO	**90**	**0**	**150**	**22**

SMJER – BICIKLIZAM – IV. SEM

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
162378	Metodika u biciklizmu II	prof. dr. sc. Mario Kasović	45	0	45	8,5
162379	Metodika u biciklizmu III	prof. dr. sc. Mario Kasović	45	0	45	8,5
162380	Stručno-trenerska praksa u biciklizmu II.	prof. dr. sc. Mario Kasović	0	0	60	5
		UKUPNO	**90**	**0**	**150**	**22**

METODIKA U BICIKLIZMU II (162378)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Mario Kasović**	
kancelarija		187	
konzultacije		petkom od 10.00 do 11.00 sati	
e-mail		mario.kasovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658718	
vanjski suradnik		**dr.sc. Branimir Štimec**	
e-mail		branimir.stimec@kif.hr	
vanjski suradnik		**Ninoslav Ružička, prof.**	
e-mail		ninoslav.ruzicka@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	8,5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (45P+45V)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s metodama učenja, poučavanja i uvježbavanja različitih tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata u skladu s dobnim kategorijama, kvalitetnom razinom izvedbe i ranga natjecanja.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za samostalno oblikovanje metodičkih postupaka učenja i poučavanja u biciklizmu. Na temelju znanja o strukturnim i biomehaničkim karakteristikama tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata student će moći izabrati sadržaje, opterećenja i metode pogodne za stjecanje motoričkih znanja za izvedbu tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata. Temeljni ishod učenja je osposobljenost studenta da zna prenijeti znanje na druge poučavajući ih novim motoričkim zadacima.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušane i položene nastavne građe studenti će moći: - analizirati i vrednovati razinu motoričke izvedbe - utvrditi postojanje motoričkih pogrešaka - izabrati metodičke postupke za ispravljanje motoričkih pogrešaka		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (svaka se nastavna tema obrađuje 2P+2V osim teme 12 koja je razrađena po vrstama sportskih grana i obrađuje se 22P+22V) 1. Tehnika, tehnička pripremljenost i tehnička priprema u biciklizmu 2. Taktika, taktička pripremljenost i taktička priprema u biciklizmu 3. Teorijske osnove učenja i poučavanja u biciklizmu 4. Osnovni pedagoški i didaktički principi u tehničko-taktičkom treningu biciklista 5. Osnovni metodički principi u tehničko-taktičkom treningu biciklista 6. Organizacijske i metodičke forme tehničko-taktičkog treninga biciklista 7. Lokaliteti, oprema i pomagala za tehničko-taktičkog treninga biciklista 8. Organizacijski oblici u tehničko-taktičkoj pripremi sportaša u biciklizmu 9. Klasifikacija metoda poučavanja za stjecanje motoričkih znanja u biciklizmu 10. Specifični metodski postupci za poučavanje tehnike u biciklizmu 11. Faze učena i poučavanja tehničkih elemenata u biciklizmu 12. Početno poučavanje tehničkih elemenata u biciklizmu		
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci		

Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	5%	0,5	seminarski rad	19%	1,5
	pismeni ispit	14%	1,5	usmeni ispit	33%	3
	Praktični rad	28%	2			
				ukupno	**8,5 ECTS**	
Obvezna literatura	Shannon Sovndal (2010). Biciklizam anatomija, Data status Beograd, ISBN: 978-86-7478-127-2 Joe Friel (2009).The Cyclist's Training Bible, VeloPress, 1830 N 55th Street, Boulder, Colorado 80301-2700 USA, ISBN: 978-1-934030-20-2 Joe Friel, Tudor O. Bompa (2003). The Cyclist's Training Bible, VeloPress, 1830 N 55th Street, Boulder, Colorado 80301-2700 USA, ISBN: 9781931382212					
Dopunska literatura	Joe Friel (1997). **Cestovni biciklizam,** Gopal, ISBN: 953-96607-5-0					
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa					

METODIKA U BICIKLIZMU III (162379)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Mario Kasović**	
kancelarija		187	
konzultacije		petkom od 10.00 do 11.00 sati	
e-mail		mario.kasovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658718	
vanjski suradnik		**dr.sc. Branimir Štimec**	
e-mail		branimir.stimec@kif.hr	
vanjski suradnik		**Ninoslav Ružička, prof**	
e-mail		ninoslav.ruzicka@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	8,5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (45P+45V)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s metodama učenja, poučavanja i uvježbavanja različitih tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata u skladu s dobnim kategorijama, kvalitetnom razinom izvedbe i ranga natjecanja.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za samostalno oblikovanje metodičkih postupaka učenja i poučavanja u biciklizmu. Na temelju znanja o strukturnim i biomehaničkim karakteristikama tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata student će moći izabrati sadržaje, opterećenja i metode pogodne za stjecanje motoričkih znanja za izvedbu tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata. Temeljni ishod učenja je osposobljenost studenta da zna prenijeti znanje na druge poučavajući ih novim motoričkim zadacima.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušane i položene nastavne građe studenti će moći: - primijeniti teorijska i praktička znanja o metodama poučavanja i uvježbavanja tehničko-taktičkih elemenata - diferencirano primijeniti različite metode davanja informacija s obzirom na mogučnosti sudionika u tjelesnom vježbanju i biciklizmu - diferencirano primijeniti različite metode svladavanja motoričkih zadataka uporabom analitičke, sintetičke, situacijske, ideomotoričke ili kombinirane metode poučavanja - utvrditi završnu razinu uspješnosti izvedbe tehničkog ili tehničko-taktičkog elementa		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (svaka se nastavna tema obrađuje 2P+2V osim teme 12 koja je razrađena po vrstama sportskih grana i obrađuje se 22P+22V) 1. Napredno poučavanje tehničkih elemenata u biciklizmu 2. Situacijsko usavršavanje tehničkih elemenata u biciklizmu 3. Natjecateljsko usavršavanje tehničkih elemenata u biciklizmu 4. Principi učenja i poučavanja u biciklizmu – individualizacija 5. Principi učenja i poučavanja u biciklizmu – intenzifikacija 6. Proces poučavanja u biciklizmu: opis i objašnjenje strukturnih, biomehaničkih i anatomskih obilježja motoričkog zadatka 7. Proces poučavanja u biciklizmu: demonstracija izvedbe tehničkog i tehničko-taktičkog zadatka 8. Proces poučavanja u biciklizmu: vrednovanje motoričke izvedbe - uočavanje motoričkih pogrešaka (uzroci i posljedice)		

	9. Proces poučavanja u biciklizmu: motoričke pogreške u izvedbi motoričkog zadatka - strukturni i biomehanički pristup 10. Proces poučavanja u biciklizmu: ispravljanje motoričkih pogrešaka 11. Proces poučavanja u biciklizmu: završna kontrola pravilnosti izvedbe motoričkog zadatka 12. Specifičnosti metodičkih postupaka učenja i poučavanja u biciklizmu dominira proces metodika učenja i poučavanja taktičkih elemenata pojedinih disciplina (22P+22V)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	5%	0,5	seminarski rad	19%	1,5
	pismeni ispit	14%	1,5	usmeni ispit	33%	3
	Praktični rad	28%	2			
				ukupno	**8,5 ECTS**	
Obvezna literatura	Shannon Sovndal (2010). Biciklizam anatomija, Data status Beograd, ISBN: 978-86-7478-127-2 Joe Friel (2009).The Cyclist's Training Bible, VeloPress, 1830 N 55th Street, Boulder, Colorado 80301-2700 USA, ISBN: 978-1-934030-20-2 Joe Friel, Tudor O. Bompa (2003). The Cyclist's Training Bible, VeloPress, 1830 N 55th Street, Boulder, Colorado 80301-2700 USA, ISBN: 9781931382212					
Dopunska literatura	Joe Friel (1997). **Cestovni biciklizam,** Gopal, ISBN: 953-96607-5-0					
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa					

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U BICIKLIZMU II (162380)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Mario Kasović**			
kancelarija		187			
konzultacije		petkom od 10.00 do 11.00 sati			
e-mail		mario.kasovic@kif.unizg.hr			
telefon		+38513658718			
studijski program	Stručni studij	status predmeta		specijalistički	
Semestar	IV.	godina studija		II.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost		5 ECTS	
mjesto izvođenja	Predavaonica				
način izvođenja nastave	60 (60V)	očekivani broj studenata na predmetu		2	
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.				
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.				
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Praktično provesti dijagnostiku antropološkog statusa sportaša (rekreativaca) u okviru svoje specijalnosti - Metodički oblikovati trenažni proces na terenu - Praktično provoditi trenažni proces s različitim dobnim kategorijama				
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Asistiranje u treningu koji provode treneri specijalisti (15V) - Sudjelovanje u praktičnoj provedbi dijelova trenažnog procesa (15V) - Dijagnostički postupci za utvrđivanje stanja pripremljenosti sudionika u sportu, rekreaciji, kondicijskoj pripremi ili fitnesu (15V) - Samostalno planiranje i provođenje treninga mlađih dobnih kategorija u sportu te trenažnoga rada u kondicijskoj pripremi, rekreaciji i fitnesu (15V)				
Obveze studenata	Pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, rješavanje problemskih zadataka.				
Praćenje rada studenata	Praktični rad	100%	5		
				ukupno	**5 ECTS**
Način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.				

SMJER – JEDRENJE– IV. SEM

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
162396	Metodika u jedrenju II	izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	45	0	45	8,5
162397	Metodika u jedrenju III	izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	45	0	45	8,5
162398	Stručno-trenerska praksa u jedrenju II.	izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	0	0	60	5
		UKUPNO	**90**	**0**	**150**	**22**

METODIKA U JEDRENJU II (162396)

nositelj predmeta		**izv.prof. dr. sc. Nikola Prlenda**	
kancelarija			
konzultacije			
e-mail		nikola.prlenda@kif.hr	
telefon		+38513658703	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	8,5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (45P+45V)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s metodama učenja, poučavanja i uvježbavanja različitih tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata jedrenja u skladu s dobnim kategorijama, kvalitetnom razinom izvedbe i ranga jedriličarskih natjecanja.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za samostalno oblikovanje metodičkih postupaka učenja i poučavanja u jedrenju. Na temelju znanja o strukturnim i biomehaničkim karakteristikama tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata student će moći izabrati sadržaje, opterećenja i metode pogodne za stjecanje motoričkih znanja za izvedbu tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata. Temeljni ishod učenja je osposobljenost studenta da zna prenijeti znanje na druge poučavajući ih novim motoričkim zadacima.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušane i položene nastavne građe studenti će moći: - primijeniti teorijska i praktička znanja o metodama poučavanja i uvježbavanja tehničko-taktičkih elemenata - diferencirano primijeniti različite metode davanja informacija s obzirom na mogućnosti sudionika u natjecateljskom i rekreativnom jedrenju - diferencirano primijeniti različite metode svladavanja motoričkih zadataka uporabom analitičke, sintetičke, situacijske, ideomotoričke ili kombinirane metode poučavanja jedriličarske tehnike - analizirati i vrednovati razinu motoričke izvedbe - utvrditi postojanje motoričkih pogrešaka - izabrati metodičke postupke za ispravljanje motoričkih pogrešaka - utvrditi završnu razinu uspješnosti izvedbe tehničkog ili tehničko-taktičkog elementa		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (svaka se nastavna tema obrađuje 2P+2V) 1. Tehnika i tehnička pripremljenost u jedrenju 2. Taktika i taktička pripremljenost u jedrenju 3. Teorijske osnove učenja i poučavanja u jedrenju 4. Osnovni pedagoški i didaktički principi u tehničko-taktičkom treningu jedriličara 5. Osnovni metodički principi u tehničko-taktičkom treningu jedriličara 6. Organizacijske i metodičke forme tehničko-taktičkog treninga jedriličara 7. Lokaliteti, oprema i pomagala za tehničko-taktički trening u jedrenju 8. Organizacijski oblici u tehničko-taktičkoj pripremi sportaša u jedrenju 9. Klasifikacija metoda poučavanja za stjecanje motoričkih znanja u jedrenju 10. Specifični metodski postupci za poučavanje tehnike u jedrenju 11. Faze učena i poučavanja tehničkih elemenata u jedrenju Početno poučavanje tehničkih elemenata u jedrenju		
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci		

Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	5%	0,5	seminarski rad	19%	1,5
	pismeni ispit	14%	1,5	usmeni ispit	33%	3
	Praktični rad	28%	2			
				ukupno	**8,5 ECTS**	
Obvezna literatura	Bond, B. (1980). Sve o jedrenju. Zagreb: Mladost. Oreb, G. (1986). Naučimo jedriti na dasci. Zagreb: Komisija za udžbenike i skripte Fakulteta za fizičku kulturu. Miloš, D. (2001). Pod jedrima krstaša. Opatija: Preluk.					
Dopunska literatura	1. Medved, R., Oreb. G. (1984). Blood Lactic Acid Values in Boardsailors. Journal of Sports Medicine and Physical Fitness, 24(3) 234-237. 2. Oreb, G. (1997). Nautika i vodeni sportovi. Zbornik radova zagrebaškog sajma sporta, Zagreb: FFK, Zagrebački velesajam, Zagrebački sportski savez. 3. Oreb, G. (1993). Komplementarni program jedrenja, jedrenja na dasci i ronjenja. Konferencija o sportu Alpe-Jadran, Rovinj, 374-375. 4. Oreb, G. (1984). Efekti primjene analitičkog i sintetičkog pristupa u obučavanju jedrenja na dasci. Kineziologija, 16(2).185-192.					
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa					

METODIKA U JEDRENJU III (162397)

Nositelj predmeta		**izv.prof. dr. sc. Nikola Prlenda**	
Kancelarija			
Konzultacije			
e-mail		nikola.prlenda@kif.hr	
Telefon		+38513658703	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	8,5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (45P+45V)	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s metodama učenja, poučavanja i uvježbavanja različitih tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata jedrenja u skladu s dobnim kategorijama, kvalitetnom razinom izvedbe i ranga jedriličarskih natjecanja.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za samostalno oblikovanje metodičkih postupaka učenja i poučavanja u jedrenju. Na temelju znanja o strukturnim i biomehaničkim karakteristikama tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata student će moći izabrati sadržaje, opterećenja i metode pogodne za stjecanje motoričkih znanja za izvedbu tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata. Temeljni ishod učenja je osposobljenost studenta da zna prenijeti znanje na druge poučavajući ih novim motoričkim zadacima.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušane i položene nastavne građe studenti će moći: - primijeniti teorijska i praktička znanja o metodama poučavanja i uvježbavanja tehničko-taktičkih elemenata - diferencirano primijeniti različite metode davanja informacija s obzirom na mogućnosti sudionika u natjecateljskom i rekreativnom jedrenju - diferencirano primijeniti različite metode svladavanja motoričkih zadataka uporabom analitičke, sintetičke, situacijske, ideomotoričke ili kombinirane metode poučavanja jedriličarske tehnike - analizirati i vrednovati razinu motoričke izvedbe - utvrditi postojanje motoričkih pogrešaka - izabrati metodičke postupke za ispravljanje motoričkih pogrešaka - utvrditi završnu razinu uspješnosti izvedbe tehničkog ili tehničko-taktičkog elementa		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (svaka se nastavna tema obrađuje 2P+2V) 1. Napredno poučavanje tehničkih elemenata u jedrenju 2. Situacijsko usavršavanje tehničkih elemenata u jedrenju 3. Natjecateljsko usavršavanje tehničkih elemenata u jedrenju 4. Principi učenja i poučavanja u jedrenju – individualizacija 5. Principi učenja i poučavanja u jedrenju – intenzifikacija 6. Proces poučavanja u jedrenju: opis i objašnjenje strukturnih, biomehaničkih i anatomskih obilježja motoričkog zadatka 7. Proces poučavanja u jedrenju: demonstracija motoričkog zadatka 8. Proces poučavanja u jedrenju: vrednovanje motoričke izvedbe - uočavanje motoričkih pogrešaka (uzroci i posljedice) 9. Proces poučavanja u jedrenju: motoričke pogreške u izvedbi motoričkog zadatka - strukturni i biomehanički pristup 10. Proces poučavanja u jedrenju: ispravljanje motoričkih pogrešaka		

	11. Proces poučavanja u jedrenju: završna kontrola pravilnosti izvedbe motoričkog zadatka a) Specifičnosti metodičkih postupaka učenja i poučavanja u u jedrenju: dominacija metodike učenja i poučavanja tehničkih elemenata po pojedinim jedriličarskim klasama. Ukupna će satnica biti dominantno usmjerena na stjecanje i usavršavanje izvedaba elemenata tehnike. Od ukupnog broja predviđenih sati, cca 75% posvetit će se učenju i poučavanju tehničkih elemenata, a 25% učenju i poučavanju taktike (44P+44V)
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci

Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	5%	0,5	seminarski rad	19%	1,5
	pismeni ispit	14%	1,5	usmeni ispit	33%	3
	Praktični rad	28%	2			
				ukupno	**8,5 ECTS**	

Obvezna literatura	Bond, B. (1980). Sve o jedrenju. Zagreb: Mladost. Oreb, G. (1986). Naučimo jedriti na dasci. Zagreb: Komisija za udžbenike i skripte Fakulteta za fizičku kulturu. Miloš, D. (2001). Pod jedrima krstaša. Opatija: Preluk.
Dopunska literatura	1. Medved, R., Oreb. G. (1984). Blood Lactic Acid Values in Boardsailors. Journal of Sports Medicine and Physical Fitness, 24(3) 234-237. 2. Oreb, G. (1997). Nautika i vodeni sportovi. Zbornik radova zagrebaškog sajma sporta, Zagreb: FFK, Zagrebački velesajam, Zagrebački sportski savez. 3. Oreb, G. (1993). Komplementarni program jedrenja, jedrenja na dasci i ronjenja. Konferencija o sportu Alpe-Jadran, Rovinj, 374-375. 4. Oreb, G. (1984). Efekti primjene analitičkog i sintetičkog pristupa u obučavanju jedrenja na dasci. Kineziologija, 16(2).185-192.
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U JEDRENJU II (162398)

Nositelj predmeta		**izv.prof. dr. sc. Nikola Prlenda**			
Kancelarija					
Konzultacije					
e-mail		nikola.prlenda@kif.hr			
Telefon		+38513658703			
studijski program	Stručni studij	status predmeta		specijalistički	
Semestar	IV.	godina studija		II.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost		5 ECTS	
mjesto izvođenja	Predavaonica				
način izvođenja nastave	60 (60V)	očekivani broj studenata na predmetu		2	
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.				
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.				
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Praktično provesti dijagnostiku antropološkog statusa sportaša (rekreativaca) u okviru svoje specijalnosti - Metodički oblikovati trenažni proces na terenu - Praktično provoditi trenažni proces s različitim dobnim kategorijama				
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Asistiranje u treningu koji provode treneri specijalisti (15V) - Sudjelovanje u praktičnoj provedbi dijelova trenažnog procesa (15V) - Dijagnostički postupci za utvrđivanje stanja pripremljenosti sudionika u sportu, rekreaciji, kondicijskoj pripremi ili fitnesu (15V) - Samostalno planiranje i provođenje treninga mlađih dobnih kategorija u sportu te trenažnoga rada u kondicijskoj pripremi, rekreaciji i fitnesu (15V)				
Obveze studenata	Pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, rješavanje problemskih zadataka.				
Praćenje rada studenata	Praktični rad	100%	5		
				ukupno	**5 ECTS**
Način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.				

SMJER – KICKBOXING – IV. SEM

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
162411	Metodika u kickboxingu II	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić	45	0	45	8,5
162412	Metodika u kickboxingu III	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić	45	0	45	8,5
162413	Stručno-trenerska praksa u kickboxingu II.	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić	0	0	60	5
		UKUPNO	**90**	**0**	**150**	**22**

METODIKA U KICKBOXINGU II (162411)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Hvoje Sertić**	
kancelarija		155	
konzultacije		srijedom od 11.30 do 12.30 sati	
e-mail		hrvoje.sertic@kif.hr	
telefon		+38513658755	
vanjski suradnik		**dr. sc. Marko Žaja**	
e-mail		marko.zaja@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	8,5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (45P+45V)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s metodama učenja, poučavanja i uvježbavanja različitih tehničkih i tehničkotaktičkih elemenata u skladu s dobnim i težinskim kategorijama, kvalitetnom razinom izvedbe i ranga natjecanja.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za samostalno oblikovanje metodičkih postupaka učenja i poučavanja u kickboxingu. Na temelju znanja o strukturnim i biomehaničkim karakteristikama tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata student će moći izabrati sadržaje, opterećenja i metode pogodne za stjecanje motoričkih znanja za izvedbu tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata. Temeljni ishod učenja je osposobljenost studenta da zna prenijeti znanje na druge poučavajući ih novim motoričkim zadacima.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušane i položene nastavne građe studenti će moći: - primijeniti teorijska i praktička znanja o metodama poučavanja i uvježbavanja tehničko-taktičkih elemenata - diferencirano primijeniti različite metode davanja informacija s obzirom na mogućnosti sudionika u kickboxingu. - diferencirano primijeniti različite metode svladavanja motoričkih zadataka uporabom analitičke, sintetičke, situacijske, ideomotoričke ili kombinirane metode poučavanja - analizirati i vrednovati razinu motoričke izvedbe - utvrditi postojanje motoričkih pogrešaka - izabrati metodičke postupke za ispravljanje motoričkih pogrešaka - utvrditi završnu razinu uspješnosti izvedbe tehničkog ili tehničko-taktičkog elementa		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (svaka se nastavna tema obrađuje 2P+2V osim teme 23 koja se izvodi samo predavanja. 1. Tehnika i tehnička pripremljenosti u kickboxingu 2. Taktika i taktička pripremljenost u kickboxingu 3. Teorijske osnove učenja i poučavanja u kickboxingu 4. Osnovni pedagoški i didaktički principi u tehničko-taktičkom treningu u kickboksača 5. Osnovni metodički principi u tehničko-taktičkom treningu u kickboksača 6. Organizacijske i metodičke forme tehničko-taktičkog treninga u kickboksača 7. Lokaliteti, oprema i pomagala za tehničko-taktički trening u kickboxingu 8. Organizacijski oblici u tehničko-taktičkoj pripremi sportaša u kickboxingu 9. Klasifikacija metoda poučavanja za stjecanje motoričkih znanja u kickboxingu 10. Specifični metodski postupci za poučavanje tehnike u kickboxingu 11. Faze učena i poučavanja tehničkih elemenata u kickboxingu 12. Početno poučavanje tehničkih elemenata u kickboxingu 13. Napredno poučavanje tehničkih elemenata u kickboxingu 14. Situacijsko usavršavanje tehničkih elemenata u kickboxingu		

	15. Natjecateljsko usavršavanje tehničkih elemenata u kickboxingu 16. Principi učenja i poučavanja u kickboxingu – individualizacija 17. Principi učenja i poučavanja u kickboxingu – intenzifikacija 18. Proces poučavanja u kickboxingu: opis i objašnjenje strukturnih, biomehaničkih i anatomskih obilježja motoričkog zadatka 19. Proces poučavanja u kickboxingu: demonstracija motoričkog zadatka 20. Proces poučavanja u kickboxingu: vrednovanje motoričke izvedbe - uočavanje motoričkih pogrešaka (uzroci i posljedice) 21. Proces poučavanja u kickboxingu: motoričke pogreške u izvedbi motoričkog zadatka - strukturni i biomehanički pristup 22. Proces poučavanja u kickboxingu: ispravljanje motoričkih pogrešaka 23. Proces poučavanja u kickboxingu: završna kontrola pravilnosti izvedbe motoričkog zadatka (2P)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	5%	0,5	seminarski rad	19%	1,5
	pismeni ispit	14%	1,5	usmeni ispit	33%	3
	Praktični rad	28%	2			
				ukupno	**8,5 ECTS**	
Obvezna literatura	Sertić, H. (2004). Osnove borilačkih sportova. Kineziološki fakultet, Zagreb. Didić E., Krznarić D. (2008.) Boks Milanović D. (1997.) Priručnik za sportske trenere					
Dopunska literatura	1. Sitar V. (2001.) Kikboks nastanek in razvoj v svetu in pri nas 2. Sitar V. (2004.) Tehnike i taktike borbe 3. Milanović, D., Jukić, I., Šimek, S. Kondicijska priprema sportaša.					
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa					

METODIKA U KICKBOXINGU III (162412)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Hvoje Sertić**				
kancelarija		155				
konzultacije		srijedom od 11.30 do 12.30 sati				
e-mail		hrvoje.sertic@kif.hr				
telefon		+38513658755				
vanjski suradnik		**dr. sc. Marko Žaja**				
e-mail		marko.zaja@kif.hr				
studijski program	Stručni studij	status predmeta			specijalistički	
Semestar	IV.	godina studija			II.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost			8,5 ECTS	
mjesto izvođenja	Predavaonica					
način izvođenja nastave	90 (45P+45V)	očekivani broj studenata na predmetu			1	
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s metodama učenja, poučavanja i uvježbavanja različitih tehničkih i tehničkotaktičkih elemenata u skladu s dobnim i težinskim kategorijama, kvalitetnom razinom izvedbe i ranga natjecanja.					
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za samostalno oblikovanje metodičkih postupaka učenja i poučavanja u kickboxingu. Na temelju znanja o strukturnim i biomehaničkim karakteristikama tehničkih i tehničkotaktičkih elemenata student će moći izabrati sadržaje, opterećenja i metode pogodne za stjecanje motoričkih znanja za izvedbu tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata. Temeljni ishod učenja je osposobljenost studenta da zna prenijeti znanje na druge poučavajući ih novim motoričkim zadacima.					
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušane i položene nastavne građe studenti će moći: - primijeniti teorijska i praktička znanja o metodama poučavanja i uvježbavanja tehničko-taktičkih elemenata - diferencirano primijeniti različite metode davanja informacija s obzirom na mogućnosti sudionika u kickboxingu. - diferencirano primijeniti različite metode svladavanja motoričkih zadataka uporabom analitičke, sintetičke, situacijske, ideomotoričke ili kombinirane metode poučavanja - analizirati i vrednovati razinu motoričke izvedbe - utvrditi postojanje motoričkih pogrešaka - izabrati metodičke postupke za ispravljanje motoričkih pogrešaka - utvrditi završnu razinu uspješnosti izvedbe tehničkog ili tehničko-taktičkog elementa					
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (nastavna tema BR.1 obrađujesamo 2V , a teme br. 2 koja je razrađena po vrstama sportskih grana i obrađuje se 44P+44V) 1. Proces poučavanja u kickboxingu: završna kontrola pravilnosti izvedbe motoričkog zadatka 2. Specifični metodski postupci za poučavanje struktura kickboxinga(specifični postupci za uvježbavanje tehnika udaraca, tehnika blokada, tehnika eskiviranja. Povezivanje tehničkih elemenata u funkciji taktike borbe (44P+44V)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	5%	0,5	seminarski rad	19%	1,5
	pismeni ispit	14%	1,5	usmeni ispit	33%	3
	Praktični rad	28%	2			
				ukupno	**8,5 ECTS**	
Obvezna literatura	Sertić, H. (2004). Osnove borilačkih sportova. Kineziološki fakultet, Zagreb. Didić E., Krznarić D. (2008.) Boks 1 Milanović D. (1997.) Priručnik za sportske trenere					

Dopunska literatura	1. Sitar V. (2001.) Kikboks nastanek in razvoj v svetu in pri nas 2. Sitar V. (2004.) Tehnike i taktike borbe 3. Milanović, D., Jukić, I., Šimek, S. Kondicijska priprema sportaša.
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U KICKBOXINGU II (162413)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Hvoje Sertić**			
kancelarija		155			
konzultacije		srijedom od 11.30 do 12.30 sati			
e-mail		hrvoje.sertic@kif.hr			
telefon		+38513658755			
studijski program	Stručni studij	status predmeta		specijalistički	
Semestar	IV.	godina studija		II.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost		5 ECTS	
mjesto izvođenja	Predavaonica				
način izvođenja nastave	60 (60V)	očekivani broj studenata na predmetu		1	
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.				
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.				
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Praktično provesti dijagnostiku antropološkog statusa sportaša (rekreativaca) u okviru svoje specijalnosti - Metodički oblikovati trenažni proces na terenu - Praktično provoditi trenažni proces s različitim dobnim kategorijama				
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Asistiranje u treningu koji provode treneri specijalisti (15V) - Sudjelovanje u praktičnoj provedbi dijelova trenažnog procesa (15V) - Dijagnostički postupci za utvrđivanje stanja pripremljenosti sudionika u sportu, rekreaciji, kondicijskoj pripremi ili fitnesu (15V) - Samostalno planiranje i provođenje treninga mlađih dobnih kategorija u sportu te trenažnoga rada u kondicijskoj pripremi, rekreaciji i fitnesu (15V)				
Obveze studenata	Pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, rješavanje problemskih zadataka.				
Praćenje rada studenata	Praktični rad	100%	5		
				ukupno	**5 ECTS**
Način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.				

SMJER – KLIZANJE – IV. SEM

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
162414	Metodika u klizanju II	prof. dr. sc. Renata Barić	45	0	45	8,5
162415	Metodika u klizanju III	prof. dr. sc. Renata Barić	45	0	45	8,5
162416	Stručno-trenerska praksa u klizanju II.	prof. dr. sc. Renata Barić	0	0	60	5
		UKUPNO	**90**	**0**	**150**	**22**

METODIKA U KLIZANJU II (162414)

nositeljica predmeta		**prof. dr. sc. Renata Barić**	
kancelarija		141	
konzultacije		Ponedjeljak 12:15-13:15 Konzultacije za studente sportaše - četvrtkom u 13h (potreban prethodni dogovor radi termina)	
e-mail		renata.baric@kif.hr	
telefon		+38513658741	
vanjski suradnik		**Ivana Jakupčević Marinković prof.**	
e-mail			
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	8,5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (45P+45V)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s metodama učenja, poučavanja i uvježbavanja različitih tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata u skladu s dobnim kategorijama, kvalitetnom razinom izvedbe i ranga natjecanja u klizanju.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za samostalno oblikovanje metodičkih postupaka učenja i poučavanja u klizanju. Na temelju znanja o strukturnim i biomehaničkim karakteristikama tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata student će moći izabrati sadržaje, opterećenja i metode pogodne za stjecanje motoričkih znanja za izvedbu tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata klizanja. Temeljni ishod učenja je osposobljenost studenta da zna prenijeti znanje na druge poučavajući ih novim motoričkim zadacima.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušane i položene nastavne građe studenti će moći: - primijeniti teorijska i praktička znanja o metodama poučavanja i uvježbavanja tehničko-taktičkih elemenata - diferencirano primijeniti različite metode davanja informacija s obzirom na mogućnosti sudionika u tjelesnom vježbanju i sportu - diferencirano primijeniti različite metode svladavanja motoričkih zadataka uporabom analitičke, sintetičke, situacijske, ideomotoričke ili kombinirane metode poučavanja - analizirati i vrednovati razinu motoričke izvedbe - utvrditi postojanje motoričkih pogrešaka - izabrati metodičke postupke za ispravljanje motoričkih pogrešaka		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (svaka se nastavna tema obrađuje 2P+2V) 1. Tehnika i tehnička pripremljenost u klizanju 2. Teorijske osnove učenja i poučavanja osnovnih koraka kratkog plesa 3. Osnovni pedagoški i didaktički principi u tehničkom treningu klizača 4. Osnovni pedagoški i didaktički principi kondicijskom treningu klizača 5. Organizacijske i metodičke forme tehničkom treninga klizača 6. Organizacijske i metodičke forme kondicijskog treninga klizača 7. Lokaliteti, oprema i pomagala za tehnički trening u klizanju 8. Lokaliteti, oprema i pomagala za kondicijski trening u klizanju		

	9. Organizacijski oblici u tehničkoj pripremi klizača umjetničkog i sinhroniziranog klizanja 10. Organizacijski oblici u tehničkoj pripremi brzoklizača 11. Klasifikacija metoda poučavanja za stjecanje motoričkih znanja u klizanju 12. Klasifikacija metoda poučavanja za razvoj kondicijskih sposobnosti u klizanju					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	5%	0,5	seminarski rad	19%	1,5
	pismeni ispit	14%	1,5	usmeni ispit	33%	3
	Praktični rad	28%	2			
				ukupno	**8,5 ECTS**	
Obvezna literatura	Poe, C. M.S., C.S.C.S. (2002). Conditioning for figure skating : off-ice tehniques for on-ice performance. New York: McGraw-Hill. Metikoš, D., Milanović, D., Prot, F., Jukić, I., Marković, G. (2003). Teorijske i metodičke osnove razvoja koordinacije. U D. Milanović i I. Jukić (ur.), Kondicijska priprema sportaša, Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, Zagreb, 21.-22. veljače 2003. (str. 264-270). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački športski savez. Barkhoff, H. (2001). In Search of the art in roller- and figure-skating. Sports efficiency and the ability of artistic expression. *IRSTA- Newsletter, 2,* 3-4.					
Dopunska literatura	Prakash, K., & Coplan, R.J. (2003). Shy skaters? Shyness, coping, and adjustment outcomes in female adolescent figure skaters. Athletic insight, 5.					
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa					

METODIKA U KLIZANJU III (162415)

nositeljica predmeta		**prof. dr. sc. Renata Barić**	
kancelarija		141	
konzultacije		Ponedjeljak 12:15-13:15 Konzultacije za studente sportaše - četvrtkom u 13h (potreban prethodni dogovor radi termina)	
e-mail		renata.baric@kif.hr	
telefon		+38513658741	
vanjski suradnik		**Ivana Jakupčević Marinković prof.**	
e-mail		marko.zaja@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	8,5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (45P+45V)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s metodama učenja, poučavanja i uvježbavanja različitih složenih tehničkih elemenata u skladu s dobi, rangom kvalitete klizača i razinom vještina izvedbe te rangom natjecanja u klizanju.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za samostalno oblikovanje metodičkih postupaka učenja i poučavanja složenih tehničkih zadataka i motoričkih vještina u klizanju. Na temelju znanja o strukturnim i biomehaničkim karakteristikama tehničkih elemenata, te znanja o usvajanju složenih motoričkih vještina student će moći izabrati sadržaje, opterećenja i metode pogodne za stjecanje motoričkih znanja za izvedbu tehničkih elemenata klizanja. Temeljni ishod učenja je osposobljenost studenta da zna prenijeti znanje na druge poučavajući ih novim, složenim motoričkim zadacima te da može djelovati na razvoj i unaprjeđenje složenih motoričkih vještina u okviru klizačkih disciplina.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušane i položene nastavne građe studenti će moći: - primijeniti teorijska i praktička znanja o metodama poučavanja i uvježbavanja složenih tehničkih i taktičkih elemenata u klizanju - diferencirano primijeniti različite metode davanja uputa i povratnih informacija s obzirom na mogućnosti sudionika u tjelesnom vježbanju i sportu - diferencirano primijeniti različite metode svladavanja složenih motoričkih zadataka uporabom analitičke, sintetičke, situacijske, ideomotoričke ili kombinirane metode poučavanja - analizirati i vrednovati razinu motoričke izvedbe i stupanj razvijenosti složenih motoričkih vještina - utvrditi postojanje motoričkih pogrešaka te znati analizirati pogrešku - izabrati metodičke postupke za korekciju i uklanjanje motoričkih pogrešaka - utvrditi završnu razinu uspješnosti izvedbe tehničkih elementa klizanja, kao i razinu taktičke spremnosti i razinu usvojenosti složenih motoričkih vještina		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (svaka se nastavna tema obrađuje 2P+2V, osim teme 12, koja se obrađuje kroz 4P + 4V) 1. Taktika i taktička pripremljenost u klizanju		

	2. Specifični metodski postupci za poučavanje tehnike klizanja za umjetničko i sinhronizirano te brzo klizanje 3. Početno i napredno poučavanje tehničkih elemenata u klizanju 4. Metodika plesnog koreografiranja 5. Natjecateljsko usavršavanje tehničkih elemenata u klizanju 6. Proces poučavanja u klizanju: opis i objašnjenje strukturnih, biomehaničkih i anatomskih obilježja motoričkog zadatka 7. Proces poučavanja u klizanju: demonstracija motoričkog zadatka 8. Proces poučavanja u klizanju: vrednovanje motoričke izvedbe - uočavanje motoričkih pogrešaka (uzroci i posljedice) 9. Proces poučavanja u klizanju: motoričke pogreške u izvedbi motoričkog zadatka - strukturni i biomehanički pristup 10. Proces poučavanja u klizanju: ispravljanje motoričkih pogrešaka 11. Proces poučavanja u klizanju: završna kontrola pravilnosti izvedbe motoričkog zadatka Specifičnosti metodičkih postupaka učenja i poučavanja u konvencionalno-estetskim sportskim granama. U ovoj grupaciji sportova dominira proces metodika učenja i poučavanja tehničkih elemenata pojedinih plesnih izraza. ukupna će satnica biti dominantno usmjerena na stjecanje i usavršavanje izvedaba elemenata tehnike. Od ukupnog broja predviđenih sati, cca 75% posvetit će se učenju i poučavanju tehničkih elemenata, a 25% učenju i poučavanju scenskog ponašanja (4P+4V)
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci

Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	5%	0,5	seminarski rad	19%	1,5
	pismeni ispit	14%	1,5	usmeni ispit	33%	3
	Praktični rad	28%	2			
				ukupno	**8,5 ECTS**	

Obvezna literatura	Poe, C. M.S., C.S.C.S. (2002). Conditioning for figure skating : off-ice tehniques for on-ice performance. New York: McGraw-Hill. Metikoš, D., Milanović, D., Prot, F., Jukić, I., Marković, G. (2003). Teorijske i metodičke osnove razvoja koordinacije. U D. Milanović i I. Jukić (ur.), Kondicijska priprema sportaša, Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, Zagreb, 21.-22. veljače 2003. (str. 264-270). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački športski savez. Schmidt, R.A., Wrisberg, C.A. (2000). Motor learning and Control, 2nd Edition, Human Kinetics.
Dopunska literatura	Bompa T. (1995). From Childhood to Champion Athlete. Toronto, Canada: Veritas Publishing, Inc.
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U KLIZANJU II (162416)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Renata Barić**	
kancelarija		141	
konzultacije		Ponedjeljak 12:15-13:15 Konzultacije za studente sportaše - četvrtkom u 13h (potreban prethodni dogovor radi termina)	
e-mail		renata.baric@kif.hr	
telefon		+38513658741	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	60 (60V)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Praktično provesti dijagnostiku antropološkog statusa sportaša (rekreativaca) u okviru svoje specijalnosti - Metodički oblikovati trenažni proces na terenu - Praktično provoditi trenažni proces s različitim dobnim kategorijama		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Asistiranje u treningu koji provode treneri specijalisti (15V) - Sudjelovanje u praktičnoj provedbi dijelova trenažnog procesa (15V) - Dijagnostički postupci za utvrđivanje stanja pripremljenosti sudionika u sportu, rekreaciji, kondicijskoj pripremi ili fitnesu (15V) - Samostalno planiranje i provođenje treninga mlađih dobnih kategorija u sportu te trenažnoga rada u kondicijskoj pripremi, rekreaciji i fitnesu (15V)		
Obveze studenata	Pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, rješavanje problemskih zadataka.		
Praćenje rada studenata	Praktični rad	100%	5
		ukupno	**5 ECTS**
Način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.		

SMJER – KONJIČKI SPORT – IV. SEM

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
162417	Metodika u konjičkom sportu II	izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić	45	0	45	8,5
162418	Metodika u konjičkom sportu III	izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić	45	0	45	8,5
162419	Stručno-trenerska praksa u konjičkom sportu II.	izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić	0	0	60	5
		UKUPNO	**90**	**0**	**150**	**22**

METODIKA U KONJIČKOM SPORTU II (162417)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić**	
Kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 7)	
Konzultacije		Konzultacije se održavaju svaku srijedu u 9:00.	
e-mail		vlatko.vucetic@kif.hr	
Telefon			
vanjski suradnik		Ivana Ljubić, dr. med. vet.	
e-mail			
vanjski suradnik		Eduard Petrović	
e-mail			
vanjski suradnik		Kristijan Barbarić	
e-mail			
vanjski suradnik		Irena Čaplar, mag. kin.	
e-mail			
vanjski suradnik		Matea Koscis, mag. kin.	
e-mail			
vanjski suradnik		Tihana Brlas, mag. elekt.	
e-mail			
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Položen predmet Metodika I. Potpisan sporazum o studiranju na osobnu odgovornost.	bodovna vrijednost	8,5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (45P+45V)	očekivani broj studenata na predmetu	4
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s metodama učenja, poučavanja i uvježbavanja različitih tehničkih elemenata u skladu s dobnim kategorijama, kvalitetnom razinom izvedbe u pojedinim konjičkim disciplinama. Studenti će biti sposobni uočiti i ispraviti pogreške u tehnici jahanja, dresurnom jahanju i preponskom jahanju kod jahača. Cilj predmeta je upoznati studente s organizacijom turnira u pojedinim konjičkim disciplinama.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za samostalno oblikovanje metodičkih postupaka učenja i poučavanja. Na temelju znanja o strukturnim i biomehaničkim karakteristikama tehničkih elemenata student će moći izabrati sadržaje, opterećenja i metode pogodne za usvajanje praktičnih motoričkih znanja i sposobnosti. Temeljni ishod učenja je osposobljenost studenta za poučavanje jahača u trenažnom procesu s ciljem pripreme za natjecanja.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušane i položene nastavne građe studenti će moći: 1. Navesti osnovne pedagoške i didaktičke principe u treningu. 2. Navesti i prikazati organizacijske i metodičke forme tehničko-taktičkog treninga u konjičkim disciplinama. 3. Objasniti faze učenja i poučavanja tehničkih elemenata u pojedinim konjičkim disciplinama. 4. Navesti karakteristike lokaliteta i potrebnu opremu i pomagala za trenažni proces i sportska natjecanja. 5. Demonstrirati uz nadzor mentora osnovne tehničke elemente jahača u preponskom jahanju.		

	6. Demonstrirati uz nadzor mentora osnovne tehničke elemente jahača u dresurnom jahanju. 7. Demonstrirati uz nadzor mentora osnovne tehničke elemente u daljinskom jahanju. 8. Opisati organizaciju i provedbu sata treninga u terapijskom jahanju.
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Osnovni pedagoški i didaktički principi u treningu u pojedinim konjičkim disciplinama. (P2) 2. Osnovni metodički principi u tehničko-taktičkom treningu u konjičkim disciplinama (lonžiranje i dr.). (P2) 3. Organizacijske i metodičke forme tehničko-taktičkog treninga u konjičkim disciplinama. (P4+V2) 4. Klasifikacija metoda poučavanja za stjecanje motoričkih znanja u konjičkim disciplinama. (P4+V2) 5. Faze učenja i poučavanja tehničkih elemenata u pojedinim konjičkim disciplinama. (P4+V5) 6. Specifični metodski postupci za poučavanje tehnike u konjičkim disciplinama. (P4+V8) 7. Početno poučavanje tehničkih elemenata u konjičkim disciplinama. (P4+V8) 8. Tehnika, tehnička pripremljenost i tehnička priprema jahača u preponskom jahanju. (P4+V4) 9. Tehnika, tehnička pripremljenost i tehnička priprema jahača u dresurnom jahanju. (P2+V4) 10. Tehnika, tehnička pripremljenost i tehnička priprema jahača u daljinskom jahanju. (P2+V4) 11. Lokaliteti, oprema i pomagala u konjičkim disciplinama. (P2) 12. Organizacijski oblici u tehničko-taktičkoj pripremi jahača u različitim konjičkim disciplinama. (P4) 13. Metodika treninga u terapijskom jahanju. (P4+V4)
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci

Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	5%	0,5	seminarski rad	19%	1,5
	pismeni ispit	14%	1,5	usmeni ispit	33%	3
	Praktični rad	28%	2			
				ukupno	**8,5 ECTS**	

Obvezna literatura	1. Ivanković, A., Caput-Jogunica, R. i Ramljak, J. (2014) Jahanje. Sveučilišni priručnik. Hrvatska olimpijska akademija, Sveučilište u Zagrebu Agronomski fakultet. 2. Gagro, D. (1996.) Modeliranje procesa sportske pripreme u preponskom jahanju. (Diplomski rad) Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu. 3. Jakovinac, M. (2013). Konjički turizam i jahanje kao rekreacija. (Diplomski rad) Sveučilište u Zagrebu Agronomski fakultet. 4. Milanović, D. (2009.) Teorija i metodika treninga. Zagreb. Odjel za izobrazbu trenera Društvenog veleučilišta u Zagrebu. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 5. Neljak,B. (2013.) Opća kineziološka metodika. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 6. Patačko Z. (2004). Terapijsko jahanje za osobe s invaliditetom. (Diplomski rad) Sveučilište u Zagrebu Agronomski fakultet.
Dopunska literatura	1. Micklem, W. (2003) Complete horse riding manual. London. Dorlin Kindersley Limited. 2. Handbook for Instructors and Riders (2001). Progressive School Exercises for dressage and jumping. UK: Islay Auty.
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

METODIKA U KONJIČKOM SPORTU III (162418)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić**	
Kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 7)	
Konzultacije		Konzultacije se održavaju svaku srijedu u 9:00.	
e-mail		vlatko.vucetic@kif.hr	
Telefon			
vanjski suradnik		Virna Jogunica	
e-mail			
vanjski suradnik		Kristijan Barbarić	
e-mail			
vanjski suradnik		Irena Čaplar, mag. kin.	
e-mail			
vanjski suradnik		Matea Koscis, mag. kin.	
e-mail			
vanjski suradnik		Tihana Brlas, mag. elekt.	
e-mail			
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	8,5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (45P+45V)	očekivani broj studenata na predmetu	4
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s metodama učenja, poučavanja i uvježbavanja različitih tehničkih elemenata u skladu s dobnim kategorijama, kvalitetnom razinom izvedbe i ranga natjecanja. Drugi cilj predmeta je upoznavanje strukture sata treninga i vježbi koje se mogu primijeniti za pojedini dio sata s obzirom na cilj pojedinog dijela sata.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za samostalno oblikovanje metodičkih postupaka učenja i poučavanja u konjičkom sportu. Na temelju znanja o strukturnim i biomehaničkim karakteristikama tehničkih i tehničkotaktičkih elemenata student će moći izabrati sadržaje, opterećenja i metode pogodne za stjecanje motoričkih znanja za izvedbu tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata. Temeljni ishod učenja je osposobljenost studenta da zna prenijeti znanje na druge poučavajući ih novim motoričkim zadacima.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušane i položene nastavne građe studenti će moći: 1. Opisati strukturu sata treninga. 2. Izabrati vježbe primjerene pojedinom dijelu sata treninga. 3. Analizirati i vrednovati razinu motoričke izvedbe. 4. Utvrditi postojanje motoričkih pogrešaka. 5. Izabrati metodičke postupke za ispravljanje motoričkih pogrešaka. 6. Primijeniti komunikacijske vještine u svakodnevnom radu. 7. Praktično prikazati osnovne tehničke elemente u preponskom jahanju. 8. Praktično prikazati osnovne tehničke elemente u dresurnom jahanju. 9. Praktično prikazati osnovne tehničke elemente u daljinskom jahanju. 10. Praktično prikazati osnovne tehničke elemente u terapijskom jahanju. 11. Opisati lokalitete, opremu i pomagala koja se koriste u pojedinim konjičkim disciplinama.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen	Predavanja vježbe i seminari: 1. Poučavanje tehničkih elemenata u preponskom jahanju. (2P+8V) 2. Poučavanje tehničkih elemenata u dresurnom jahanju. (2P+8V)		

prema satnici nastave	3. Poučavanje tehničkih elemenata u daljinskom jahanju. (2P+8V) 4. Struktura sata treninga. (2P+2V) 5. Planiranje treninga i pisanje pripreme treninga. (1P+4V) 6. Komunikacija u štali, u hali, na treningu, između jahača, između jahača i konja. (2P+4V) 7. Proces poučavanja u jahanju: opis i objašnjenje strukturnih, biomehaničkih i anatomskih obilježja motoričkog zadatka.(4P+2V) 8. Proces poučavanja u jahanju: demonstracija izvedbe tehničkog i tehničko-taktičkog zadatka. (4P+4V) 9. Proces poučavanja u jahanju: vrednovanje motoričke izvedbe - uočavanje motoričkih pogrešaka (uzroci i posljedice). (2P+6V) 10. Proces poučavanja u jahanju: motoričke pogreške u izvedbi motoričkog zadatka – strukturni i biomehanički pristup. (2P + 6V) 11. Proces poučavanja u jahanju: ispravljanje motoričkih pogrešaka. (2P + 4V) 12. Proces poučavanja u jahanju: završna kontrola pravilnosti izvedbe motoričkog zadatka. (2P + 6V) 13. Organizacija turnira. (2P+3V)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	16%	1,5	seminarski rad	16%	1,5
	pismeni ispit	24%	2,5			
	Praktični rad	44%	3			
				ukupno	**8,5 ECTS**	
Obvezna literatura	1. Perinović, M. (2013). Osnove metodike treninga u preponskom jahanju. Diplomski rad. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. Klimke, I., Klimke, R. (2006). Basic Training of the Young Horse. London: J. A. Allen. 3. Paalman, A. (1998). Training Showjumpers. London. J. A. Allen & Company Limited.					
Dopunska literatura	1. Jean-Pierre Hourdebaigt (2008.):Fitness Evaluation of the Horse (Howell Equestrian Library) 2. A Handbook for Instructors and Riders (2001). Progressive School Exercizes for dressage and jumping. UK: Islay Auty.					
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	5%	0,5	seminarski rad	19%	1,5
	pismeni ispit	14%	1,5	usmeni ispit	33%	3
	Praktični rad	28%	2			
				ukupno	**8,5 ECTS**	
Obvezna literatura						
Dopunska literatura						
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa					

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U KONJIČKOM SPORTU II (162419)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić**			
Kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 7)			
Konzultacije		Konzultacije se održavaju svaku srijedu u 9:00.			
e-mail		vlatko.vucetic@kif.hr			
Telefon					
studijski program	Stručni studij	status predmeta		specijalistički	
Semestar	IV.	godina studija		II.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost		5 ECTS	
mjesto izvođenja	Predavaonica				
način izvođenja nastave	60 (60V)	očekivani broj studenata na predmetu		4	
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.				
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.				
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Praktično provesti dijagnostiku antropološkog statusa sportaša (rekreativaca) u okviru svoje specijalnosti - Metodički oblikovati trenažni proces na terenu - Praktično provoditi trenažni proces s različitim dobnim kategorijama				
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Asistiranje u treningu koji provode treneri specijalisti (15V) - Sudjelovanje u praktičnoj provedbi dijelova trenažnog procesa (15V) - Dijagnostički postupci za utvrđivanje stanja pripremljenosti sudionika u sportu, rekreaciji, kondicijskoj pripremi ili fitnesu (15V) - Samostalno planiranje i provođenje treninga mlađih				
Obveze studenata	Pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, rješavanje problemskih zadataka.				
Praćenje rada studenata	Praktični rad	100%	5		
				ukupno	**5 ECTS**
Način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.				

SMJER – KOŠARKA – IV. SEM

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
162420	Metodika u košarci II	izv.prof.dr.sc. Tomislav Rupčić prof.dr.sc. Bojan Matković prof.dr.sc. Damir Knjaz	45	0	45	8,5
162421	Metodika u košarci III	prof.dr.sc. Damir Knjaz prof.dr.sc. Bojan Matković izv.prof.dr.sc. Tomislav Rupčić	45	0	45	8,5
162422	Stručno-trenerska praksa u košarci II.	izv.prof.dr.sc. Tomislav Rupčić prof.dr.sc. Bojan Matković prof.dr.sc. Damir Knjaz	0	0	60	5
		UKUPNO	**90**	**0**	**150**	**22**

METODIKA U KOŠARCI II (162420)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomislav Rupčić**	
Kancelarija		156	
Konzultacije		po dogovoru putem e-maila	
e-mail		tomislav.rupcic@kif.hr	
Telefon			
nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Bojan Matković**	
kancelarija		153	
konzultacije		utorkom 13.00 do 13.30 sati i prema dogovoru mailom	
e-mail		prof. dr. sc. Bojan Matković	
telefon		153	
nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Damir Knjaz**	
kancelarija		154	
konzultacije		utorkom 13.00 do 13.30 sati i prema dogovoru mailom	
e-mail		damir.knjaz@kif.hr	
telefon		+38513658754	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	8,5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (45P+45V)	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s metodama učenja, poučavanja i uvježbavanja različitih tehničkih i tehničkotaktičkih elemenata u skladu s dobnim kategorijama, kvalitetnom razinom izvedbe i ranga natjecanja u košarci.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za samostalno oblikovanje metodičkih postupaka učenja i poučavanja u košarci. Na temelju znanja o strukturnim i biomehaničkim karakteristikama tehničkih i tehničkotaktičkih elemenata student će moći izabrati sadržaje, opterećenja i metode pogodne za stjecanje motoričkih znanja za izvedbu tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata u košarci. Temeljni ishod učenja je osposobljenost studenta da zna prenijeti znanje na druge poučavajući ih novim motoričkim zadacima.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušane i položene nastavne građe studenti će moći: - primijeniti teorijska i praktička znanja o metodama poučavanja i uvježbavanja tehničko-taktičkih elemenata u košarci - diferencirano primijeniti različite metode davanja informacija s obzirom na uzrasnu kategoriju i rang natjecanja u košarci - diferencirano primijeniti različite metode svladavanja motoričkih zadataka uporabom analitičke, sintetičke, situacijske, ideomotoričke ili kombinirane metode poučavanja u košarci - analizirati i vrednovati razinu motoričke izvedbe u košarci - utvrditi postojanje motoričkih pogrešaka u izvedbi tehničkih ili tehničko-taktičkih elemenata u košarci - izabrati metodičke postupke za ispravljanje motoričkih pogrešaka u izvedbi tehničkih ili tehničko-taktičkih elemenata u košarci		

	- utvrditi završnu razinu uspješnosti izvedbe tehničkog ili tehničko-taktičkog elementa u košarci
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	1. Tehnika i tehnička pripremljenost u košarci 2. Taktika i taktička pripremljenost u košarci 3. Teorijske osnove učenja i poučavanja u košarci 4. Osnovni pedagoški i didaktički principi u tehničko-taktičkom treningu košarkaša 5. Osnovni metodički principi u tehničko-taktičkom treningu košarkaša 6. Organizacijske i metodičke forme tehničko-taktičkog treninga košarkaša 7. Lokaliteti, oprema i pomagala za tehničko-taktički trening u košarci 8. Organizacijski oblici u tehničko-taktičkoj pripremi igrača u košarci 9. Klasifikacija metoda poučavanja za stjecanje motoričkih znanja u košarci 10. Specifični metodski postupci za poučavanje tehnike u košarci 11. Faze učenja i poučavanja tehničkih elemenata u košarci
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci

Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	5%	1	seminarski rad	19%	1,5
	pismeni ispit	14%	1	usmeni ispit	33%	3
	Praktični rad	28%	2			
				ukupno	**8,5 ECTS**	

Obvezna literatura	1. Matković i sur. (2010). Antropološka analiza košarkaške igre. Sveučilišni udžbenik. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. Tocigl, I. (1998). Košarkaški udžbenik. Split: Fakultet prirodoslovno-matematičkih znanosti i odgojnih područja Sveučilišta u Splitu, Zavod za fizičku kulturu. 3. Matković, B. i sur. (2005) Košarka-antropološka analiza. Zagreb: KF, HKS.
Dopunska literatura	1. Wissel, H. (1994). Basketball: Steps to Success. Human Kinetics, Champaign 2. Matković, B., Knjaz, D., Ćosić B. (2003). Smjernice fizičke pripreme u košarci. U: Milanović, D., Jukić, I. (ur.): Zbornik radova Međunarodnog znanstveno-stručnog skupa „Kondicijska priprema sportaša“ 12. zagrebački sajam sporta i nautike, Zagreb, 21. i 22. veljače 2003. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu; Zagrebački športski savez, 390-394. 3. Knjaz D., Matković B., Matković, B.R. (2002). Individualni rad u mini košarci. U: Milanović D., Heimer S, Jukić I, Kulier I, Matković B. (ur.), Zbornik radova Znanstveno-stručnog skupa „Dopunski sadržaji sportske pripreme“, u sklopu 11. zagrebačkog sajma sporta i nautike, Zagreb, 22. i 23. veljače 2002. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu; Zagrebački športski savez. 54-56. 4. Rupčić, T., Knjaz, D., Matković, B. (2010). Utjecaj specifičnog košarkaškog programa na razvoj bazične brzine pokreta ekstremiteta. U: Jukić, I., Gregov, C., Šalaj, S., Milanović, L., Trošt-Bobić, T. (ur). Zbornik radova 8. godišnje međunarodne konferencije „Kondicijska priprema sportaša 2010 – Trening brzine, agilnosti i eksplozivnosti“ Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 416-419. 5. Matković, B., Matković, B.R., Knjaz, D., Krističević, T., Blašković, M. (1999). Morfološke karakteristike košarkaša juniora. Kineziologija za 21. stoljeće. Zbornik radova. Dubrovnik. 412-415.
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

METODIKA U KOŠARCI III (162421)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Damir Knjaz**	
kancelarija		154	
konzultacije		utorkom 13.00 do 13.30 sati i prema dogovoru mailom	
e-mail		damir.knjaz@kif.hr	
telefon		+38513658754	
nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Bojan Matković**	
kancelarija		153	
konzultacije		utorkom 13.00 do 13.30 sati i prema dogovoru mailom	
e-mail		prof. dr. sc. Bojan Matković	
telefon		153	
nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomislav Rupčić**	
Kancelarija		156	
Konzultacije		po dogovoru putem e-maila	
e-mail		tomislav.rupcic@kif.hr	
telefon			
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	8,5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (45P+45V)	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s metodama učenja, poučavanja i uvježbavanja različitih tehničkih i tehničkotaktičkih elemenata u skladu s dobnim kategorijama, kvalitetnom razinom izvedbe i ranga natjecanja u košarci.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za samostalno oblikovanje metodičkih postupaka učenja i poučavanja u košarci. Na temelju znanja o strukturnim i biomehaničkim karakteristikama tehničkih i tehničkotaktičkih elemenata student će moći izabrati sadržaje, opterećenja i metode pogodne za stjecanje motoričkih znanja za izvedbu tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata u košarci. Temeljni ishod učenja je osposobljenost studenta da zna prenijeti znanje na druge poučavajući ih novim motoričkim zadacima.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušane i položene nastavne građe studenti će moći: 1. primijeniti teorijska i praktička znanja o metodama poučavanja i uvježbavanja tehničko-taktičkih elemenata u košarci 2. diferencirano primijeniti različite metode davanja informacija s obzirom na uzrasnu kategoriju i rang natjecanja u košarci 3. diferencirano primijeniti različite metode svladavanja motoričkih zadataka uporabom analitičke, sintetičke, situacijske, ideomotoričke ili kombinirane metode poučavanja u košarci 4. analizirati i vrednovati razinu motoričke izvedbe u košarci 5. utvrditi postojanje motoričkih pogrešaka u izvedbi tehničkih ili tehničko-taktičkih elemenata u košarci 6. izabrati metodičke postupke za ispravljanje motoričkih pogrešaka u izvedbi tehničkih ili tehničko-taktičkih elemenata u košarci		

	7. utvrditi završnu razinu uspješnosti izvedbe tehničkog ili tehničko-taktičkog elementa u košarci
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (svaka se nastavna tema obrađuje 2P+2V osim teme 24 koja je razrađena po vrstama sportskih grana i obrađuje se 44P+44V) 1. Početno poučavanje tehničkih elemenata u košarci 2. Napredno poučavanje tehničkih elemenata u košarci 3. Situacijsko usavršavanje tehničkih elemenata u košarci 4. Natjecateljsko usavršavanje tehničkih elemenata u košarci 5. Principi učenja i poučavanja u košarci – individualizacija 6. Principi učenja i poučavanja u košarci – intenzifikacija 7. Proces poučavanja u košarci: opis i objašnjenje strukturnih, biomehaničkih i anatomskih obilježja motoričkog zadatka 8. Proces poučavanja u košarci: demonstracija motoričkog zadatka 9. Proces poučavanja u košarci: vrednovanje motoričke izvedbe - uočavanje motoričkih pogrešaka (uzroci i posljedice) 10. Proces poučavanja u košarci: motoričke pogreške u izvedbi motoričkog zadatka – strukturni i biomehanički pristup 11. Proces poučavanja u košarci: ispravljanje motoričkih pogrešaka 12. Proces poučavanja u košarci: završna kontrola pravilnosti izvedbe motoričkog zadatka 13. Specifičnosti metodičkih postupaka učenja i poučavanja u košarci
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci

Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	5%	1	seminarski rad	19%	1,5
	pismeni ispit	14%	1	usmeni ispit	33%	3
	Praktični rad	28%	2			
				ukupno	**8,5 ECTS**	

Obvezna literatura	1. Matković i sur. (2010). Antropološka analiza košarkaške igre. Sveučilišni udžbenik. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. Tocigl, I. (1998). Košarkaški udžbenik. Split: Fakultet prirodoslovno-matematičkih znanosti i odgojnih područja Sveučilišta u Splitu, Zavod za fizičku kulturu. 3. Matković, B. i sur. (2005) Košarka-antropološka analiza. Zagreb: KF, HKS.
Dopunska literatura	1. Wissel, H. (1994). Basketball: Steps to Success. Human Kinetics, Champaign 2. Matković, B., Knjaz, D., Ćosić B. (2003). Smjernice fizičke pripreme u košarci. U: Milanović, D., Jukić, I. (ur.): Zbornik radova Međunarodnog znanstveno-stručnog skupa „Kondicijska priprema sportaša“ 12. zagrebački sajam sporta i nautike, Zagreb, 21. i 22. veljače 2003. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu; Zagrebački športski savez, 390-394. 3. Knjaz D., Matković B., Matković, B.R. (2002). Individualni rad u mini košarci. U: Milanović D., Heimer S, Jukić I, Kulier I, Matković B. (ur.), Zbornik radova Znanstveno-stručnog skupa „Dopunski sadržaji sportske pripreme“, u sklopu 11. zagrebačkog sajma sporta i nautike, Zagreb, 22. i 23. veljače 2002. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu; Zagrebački športski savez. 54-56. 4. Rupčić, T., Knjaz, D., Matković, B. (2010). Utjecaj specifičnog košarkaškog programa na razvoj bazične brzine pokreta ekstremiteta. U: Jukić, I., Gregov, C., Šalaj, S., Milanović, L., Trošt-Bobić, T. (ur). Zbornik radova 8. godišnje međunarodne konferencije „Kondicijska priprema sportaša 2010 – Trening brzine, agilnosti i eksplozivnosti“ Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 416-419. 5. Matković, B., Matković, B.R., Knjaz, D., Krističević, T., Blašković, M. (1999). Morfološke karakteristike košarkaša juniora. Kineziologija za 21. stoljeće. Zbornik radova. Dubrovnik. 412-415.
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U KOŠARCI II (162422)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomislav Rupčić**			
Kancelarija		156			
Konzultacije		po dogovoru putem e-maila			
e-mail		tomislav.rupcic@kif.hr			
Telefon					
nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Bojan Matković**			
kancelarija		153			
konzultacije		utorkom 13.00 do 13.30 sati i prema dogovoru mailom			
e-mail		prof. dr. sc. Bojan Matković			
telefon		153			
nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Damir Knjaz**			
kancelarija		154			
konzultacije		utorkom 13.00 do 13.30 sati i prema dogovoru mailom			
e-mail		damir.knjaz@kif.hr			
telefon		+38513658754			
studijski program	Stručni studij	status predmeta		specijalistički	
Semestar	IV.	godina studija		II.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost		5 ECTS	
mjesto izvođenja	Predavaonica				
način izvođenja nastave	60 (60V)	očekivani broj studenata na predmetu		2	
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.				
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.				
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Praktično provesti dijagnostiku antropološkog statusa sportaša (rekreativaca) u okviru svoje specijalnosti - Metodički oblikovati trenažni proces na terenu - Praktično provoditi trenažni proces s različitim dobnim kategorijama				
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Asistiranje u treningu koji provode treneri specijalisti (15V) - Sudjelovanje u praktičnoj provedbi dijelova trenažnog procesa (15V) - Dijagnostički postupci za utvrđivanje stanja pripremljenosti sudionika u sportu, rekreaciji, kondicijskoj pripremi ili fitnesu (15V) - Samostalno planiranje i provođenje treninga mlađih u sportu te trenažnoga rada u kondicijskoj pripremi, rekreaciji i fitnesu (15V)				
Obveze studenata	Pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, rješavanje problemskih zadataka.				
Praćenje rada studenata	Praktični rad	100%	5		
				ukupno	**5 ECTS**

Način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.

SMJER – NOGOMET – IV. SEM

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
162441	Metodika u nogometu II	izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić	45	0	45	8,5
162442	Metodika u nogometu III	izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić	45	0	45	8,5
162444	Stručno-trenerska praksa u nogometu II.	izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić	0	0	60	5
		UKUPNO	**90**	**0**	**150**	**22**

METODIKA U NOGOMETU II (162441)

Nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić**	
Kancelarija		157	
Konzultacije		srijedom od 10.00 do 11.30	
e-mail		valentin.barisic@kif.hr	
Telefon		+38513658757	
Nastavnik		**dr. sc. Tihana Nemčić Bojić**	
Kancelarija		70	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		tihana.nemcic.bojic@kif.hr	
Telefon			
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	8,5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (45P+45V)	očekivani broj studenata na predmetu	15
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s metodama učenja, poučavanja i uvježbavanja različitih tehničkih i tehničkotaktičkih elemenata u skladu s dobnim kategorijama, kvalitetnom razinom izvedbe i ranga natjecanja.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za samostalno oblikovanje metodičkih postupaka učenja i poučavanja u nogometu. Na temelju znanja o strukturnim i biomehaničkim karakteristikama tehničkih i tehničkotaktičkih elemenata student će moći izabrati sadržaje, opterećenja i metode pogodne za stjecanje motoričkih znanja za izvedbu tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata. Temeljni ishod učenja je osposobljenost studenta da zna prenijeti znanje na druge poučavajući ih novim motoričkim zadacima.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušane i položene nastavne građe studenti će moći: - primijeniti teorijska i praktička znanja o metodama poučavanja i uvježbavanja tehničko-taktičkih elemenata - diferencirano primijeniti različite metode davanja informacija s obzirom na mogućnosti sudionika u nogometu - diferencirano primijeniti različite metode svladavanja motoričkih zadataka uporabom analitičke, sintetičke, situacijske, ideomotoričke ili kombinirane metode poučavanja - analizirati i vrednovati razinu motoričke izvedbe - utvrditi postojanje motoričkih pogrešaka - izabrati metodičke postupke za ispravljanje motoričkih pogrešaka - utvrditi završnu razinu uspješnosti izvedbe tehničkog ili tehničko-taktičkog elementa		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (svaka se nastavna tema obrađuje 2P+2V osim teme 11 koja je razrađena po vrstama sportskih grana i obrađuje se 22P+22V) 1. Tehnika i tehnička pripremljenost u nogometu 2. Taktika i taktička pripremljenost u nogometu 3. Teorijske osnove učenja i poučavanja u nogometu 4. Osnovni pedagoški i didaktički principi u tehničko-taktičkom treningu nogometaša 5. Osnovni metodički principi u tehničko-taktičkom treningu nogometaša 6. Organizacijske i metodičke forme tehničko-taktičkog treninga nogometaša 7. Lokaliteti, oprema i pomagala za tehničko-taktički trening u nogometu 8. Organizacijski oblici u tehničko-taktičkoj pripremi sportaša u nogometu 9. Klasifikacija metoda poučavanja za stjecanje motoričkih znanja u nogometu		

	10. Specifični metodski postupci za poučavanje tehnike u nogometu 11. Faze učena i poučavanja tehničkih elemenata u nogometu					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	5%	1	seminarski rad	19%	1,5
	pismeni ispit	14%	2	usmeni ispit	33%	2
	Praktični rad	28%	2			
				ukupno	**8,5 ECTS**	
Obvezna literatura	1. Dujmović, P. (2006). Škola suvremenog nogometa. Zagreb: Zagrebački nogometni savez. 2. Caliguieri, P Herbst, D. (2005). Nogomet- tehmike i taktike za vrhunsku igru. Profil. 3. Toplak, I. (1985). Savremeni fudbal i njegove tajne – taktika i metodika. Beograd: FSJ.					
Dopunska literatura	1. Schmidt, C. E. (2009). Nogomet – napredne vježbe. Gopal. 2. HNS (2008). Priručnik za Uefa – A trenere. HNS, Zagreb.					
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa					

METODIKA U NOGOMETU III (162442)

Nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić**	
Kancelarija		157	
Konzultacije		srijedom od 10.00 do 11.30	
e-mail		valentin.barisic@kif.hr	
Telefon		+38513658757	
Nastavnik		**dr. sc. Tihana Nemčić Bojić**	
Kancelarija		70	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		tihana.nemcic.bojic@kif.hr	
Telefon			
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	8,5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (45P+45V)	očekivani broj studenata na predmetu	15
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s metodama učenja, poučavanja i uvježbavanja različitih tehničkih i tehničkotaktičkih elemenata u skladu s dobnim kategorijama, kvalitetnom razinom izvedbe i ranga natjecanja.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za samostalno oblikovanje metodičkih postupaka učenja i poučavanja u nogometu. Na temelju znanja o strukturnim i biomehaničkim karakteristikama tehničkih i tehničkotaktičkih elemenata student će moći izabrati sadržaje, opterećenja i metode pogodne za stjecanje motoričkih znanja za izvedbu tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata. Temeljni ishod učenja je osposobljenost studenta da zna prenijeti znanje na druge poučavajući ih novim motoričkim zadacima.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušane i položene nastavne građe studenti će moći: 1. primijeniti teorijska i praktička znanja o metodama poučavanja i uvježbavanja tehničko-taktičkih elemenata 2. diferencirano primijeniti različite metode davanja informacija s obzirom na mogućnosti sudionika u nogometu 3. diferencirano primijeniti različite metode svladavanja motoričkih zadataka uporabom analitičke, sintetičke, situacijske, ideomotoričke ili kombinirane metode poučavanja 4. analizirati i vrednovati razinu motoričke izvedbe 5. utvrditi postojanje motoričkih pogrešaka 6. izabrati metodičke postupke za ispravljanje motoričkih pogrešaka 7. utvrditi završnu razinu uspješnosti izvedbe tehničkog ili tehničko-taktičkog elementa		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (svaka se nastavna tema obrađuje 2P+2V osim teme 12 koja je razrađena po vrstama sportskih grana i obrađuje se 24P+24V) 1. Početno poučavanje tehničkih elemenata u nogometu 2. Napredno poučavanje tehničkih elemenata u nogometu 3. Situacijsko usavršavanje tehničkih elemenata u nogometu 4. Natjecateljsko usavršavanje tehničkih elemenata u nogometu 5. Principi učenja i poučavanja u nogometu – individualizacija 6. Principi učenja i poučavanja u nogometu – intenzifikacija 7. Proces poučavanja u nogometu: opis i objašnjenje strukturnih, biomehaničkih i anatomskih obilježja motoričkog zadatka 8. Proces poučavanja u nogometu: demonstracija motoričkog zadatka		

	9. Proces poučavanja u nogometu: vrednovanje motoričke izvedbe - uočavanje motoričkih pogrešaka (uzroci i posljedice) 10. Proces poučavanja u nogometu: motoričke pogreške u izvedbi motoričkog zadatka – strukturni i biomehanički pristup 11. Proces poučavanja u nogometu: ispravljanje motoričkih pogrešaka 12. Proces poučavanja u nogometu: završna kontrola pravilnosti izvedbe motoričkog zadatka Specifičnosti metodičkih postupaka učenja i poučavanja u kompleksnim sportskim granama: U ovoj grupaciji sportova (košarka, rukomet, nogomet, vaterpolo, odbojka, tenis, stolni tenis, badmenton, hokej na ledu, hokej na travi i dr.) dominira proces metodika učenja i poučavanja taktičkih elemenata pojedinih disciplina. Kompleksni sportovi vrlo su bogati taktičkim elementima pa će ukupna satnica biti dominantno usmjerena na stjecanje i usavršavanje izvedaba elemenata tehnike. Od ukupnog broja predviđenih sati, cca 25% posvetit će se učenju i poučavanju tehničkih elemenata, a 75% učenju i poučavanju individualne, skupne i kolektivne taktike u fazama obrane i napada. ((44P+44V)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	5%	1	seminarski rad	19%	1,5
	pismeni ispit	14%	2	usmeni ispit	33%	2
	Praktični rad	28%	2			
				ukupno	**8,5 ECTS**	
Obvezna literatura	1. Dujmović, P. (2006). Škola suvremenog nogometa. Zagreb: Zagrebački nogometni savez. 2. Caliguieri, P Herbst, D. (2005). Nogomet- tehmike i taktike za vrhunsku igru. Profil. 3. Toplak, I. (1985). Savremeni fudbal i njegove tajne – taktika i metodika. Beograd: FSJ.					
Dopunska literatura	1. Schmidt, C. E. (2009). Nogomet – napredne vježbe. Gopal. 2. HNS (2008). Priručnik za Uefa – A trenere. HNS, Zagreb.					
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa					

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U NOGOMETU II (162444)

Nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić**		
Kancelarija		157		
Konzultacije		srijedom od 10.00 do 11.30		
e-mail		valentin.barisic@kif.hr		
Telefon		+38513658757		
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički	
Semestar	IV.	godina studija	II.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS	
mjesto izvođenja	Predavaonica			
način izvođenja nastave	60 (60V)	očekivani broj studenata na predmetu	15	
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.			
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.			
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Praktično provesti dijagnostiku antropološkog statusa sportaša (rekreativaca) u okviru svoje specijalnosti - Metodički oblikovati trenažni proces na terenu - Praktično provoditi trenažni proces s različitim dobnim kategorijama			
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Asistiranje u treningu koji provode treneri specijalisti (15V) - Sudjelovanje u praktičnoj provedbi dijelova trenažnog procesa (15V) - Dijagnostički postupci za utvrđivanje stanja pripremljenosti sudionika u sportu, rekreaciji, kondicijskoj pripremi ili fitnesu (15V) - Samostalno planiranje i provođenje treninga mlađih u sportu te trenažnoga rada u kondicijskoj pripremi, rekreaciji i fitnesu (15V)			
Obveze studenata	Pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, rješavanje problemskih zadataka.			
Praćenje rada studenata	Praktični rad	100%	5	
			ukupno	**5 ECTS**
Način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.			

SMJER – ODBOJKA – IV. SEM

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
162445	Metodika u odbojci II	izv. prof. dr. sc. Tomislav Đurković prof. dr. sc. Nenad Marelić izv. prof. dr. sc. Tomica Rešetar	45	0	45	8,5
162447	Metodika u odbojci III	izv. prof. dr. sc. Tomislav Đurković prof. dr. sc. Nenad Marelić izv. prof. dr. sc. Tomica Rešetar	45	0	45	8,5
162448	Stručno-trenerska praksa u odbojci II.	izv. prof. dr. sc. Tomislav Đurković prof. dr. sc. Nenad Marelić izv. prof. dr. sc. Tomica Rešetar	0	0	60	5
		UKUPNO	**90**	**0**	**150**	**22**

METODIKA U ODBOJCI II (162545)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomislav Đurković**	
kancelarija		40/1	
konzultacije		Utorkom od 9-10 sati uz prethodnu najavu putem e - maila.	
e-mail		tomislav.djurkovic@kif.hr	
telefon		+38513658641	
nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomislav Đurković**	
kancelarija		41	
konzultacije		utorkom od 9.00 – 10.00 sati uz najavu putem e-mail-a	
e-mail		tomislav.djurkovic@kif.hr	
telefon		+38513658641	
nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomica Rešetar**	
kancelarija		42	
konzultacije		Utorkom, od 9 do 10 sati uz prethodnu najavu e-poštom.	
e-mail		tomica.resetar@kif.hr	
telefon		+38513658669	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	8,5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (45P+45V) *Izvedbeni sati: 45P**	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s metodama usavršavanja različitih tehničkih elemenata i povezivanja sa taktikom igre u specifičnim situacijama, s posebnim naglaskom na pojedine igrače funkcije (dizač, centralni igrač, primač-smečer, klorektor, libero)		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za samostalno planiranje i programiranje treninga seniorskih kategorija usmjerenih na usavršavanju tehničkih i taktičkih elemenata važnih za uspjeh u vrhunskoj odbojci. Na temelju znanja o strukturnim karakteristikama tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata unutar oba kompleksa odbojkaške igre student će znati izabrati sadržaje, opterećenja i metode pogodne za usavršavanje motoričkih i tehničko-taktičkih znanja. Temeljni ishod učenja je osposobljenost studenta da zna prenijeti znanje na druge poučavajući ih specifičnim zahtjevima vrhunske odbojke, bilo da se radi o taktičkim, tehničkim ili kondicijskim sposobnostima.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušane i položene nastavne građe studenti će moći: - primijeniti teorijska i praktička znanja o metodama uvježbavanja tehničko-taktičkih elemenata - diferencirano primijeniti različite metode davanja informacija s obzirom na mogućnosti sudionika u tjelesnom vježbanju i sportu - diferencirano primijeniti različite metode svladavanja motoričkih zadataka uporabom analitičke, sintetičke, situacijske metode poučavanja - analizirati i vrednovati razinu motoričke izvedbe - utvrditi postojanje tehničkih pogrešaka - izabrati metodičke postupke za ispravljanjetehničkih pogrešaka - utvrditi završnu razinu uspješnosti izvedbe tehničko-taktičkog elementa		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (svaka se nastavna tema obrađuje 2P+2V osim teme 24 koja je razrađena po vrstama sportskih grana i obrađuje se 4P+4V) 1. Osnovni metodički principi u kondicijskom treningu vrhunskih odbojkaša		

	2. Osnovni metodički principi u tehničko-taktičkom treningu seniora 3. Metodički principi u tehničko-taktičkom treningu vrhunskih odbojkaša 4. Metodički principi u tehničko-taktičkom treningu rekreativaca 5. Organizacijske i metodičke forme treninga vrhunskih odbojkaša 6. Lokaliteti, oprema i pomagala za trening seniora u odbojci 7. Organizacijski oblici treninga u odbojci 8. Klasifikacija metoda vježbanja za razvoj specifičnih sposobnosti u vrhunskoj odbojci 9. Metodika usavršavanja tehničko-taktičkih elemenata kompleksa 1 (K1) vrhunskih odbojkaša 10. Metodika usavršavanja tehničko-taktičkih elemenata kompleksa 2 (K2) 11. Metodika usavršavanja aerobnih sposobnosti odbojkaša 12. Metodika usavršavanja anaerobnih sposobnosti odbojkaša 13. Metodika usavršavanja aerobno-anaerobnih sposobnosti odbojkaša 14. Metodika usavršavanja eksplozivne snage odbojkaša 15. Metodika usavršavanja snage odbojkaša 16. Metodika usavršavanja specifične brzine odbojkaša 17. Metodika usavršavanja taktike kompleksa 1 (K1) – prijem servisa 18. Metodika učenja taktike kompleksa 2 (K2)- servis 19. Metodika učenja taktike kompleksa 1 (K1) prijem servisa 20. Metodika učenja taktike kompleksa 1 (K1) smeč 21. Metodika učenja taktike kompleksa 2 (K2) - blok 22. Metodika učenja taktike kompleksa 2 (K2) - obrana polja, 23. Metodika učenja taktike kompleksa 2 (K2) - dizanje 24. Metodika učenja taktike kompleksa 2 (K2) - smeč 25. Metodika usavršavanja preciznosti dizača 26. Metodika usavršavanja taktike dizača 27. Metodika usavršavanja tehničkih i taktičkih karakteristika centralnih igrača 28. Metodika usavršavanja razvoja tehničkih i taktičkih karakteristika korektora 29. Metodika usavršavanja tehničkih i taktičkih karakteristika primača-smečera 30. Metodika usavršavanja tehničkih i taktičkih karakteristika libera 31. Metodika usavršavanja individualne taktike za svaku igračku funkciju u odbojci 32. Metodika usavršavanja ekipne taktike 33. Uloga i specifičnosti trenera seniorskih kategorija u odbojci
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci

Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	5%	1	seminarski rad	19%	
	pismeni ispit	14%	3	usmeni ispit	33%	4,5
	Praktični rad	28%				
				ukupno	**8,5 ECTS**	

Obvezna literatura	Janković, V., Marelić, N. (2003). Odbojka za sve. Zagreb: Autorska naklada. Marelić, N., Marelić, S., Đurković, T., Rešetar, T. (2008) Nastavne teme iz odbojke za osnovne škole. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. Marelić, N., Rešetar, T., Zadražnik, M. & Đurković, T. (2005). Modelling of situation parameters in top level volleyball. In: Proceedings Book of 4th International Scientific Conference of Kinesiology (ed D. Milanović, F. Prot) Opatija, Croatia, September 7-11, 2005, (pp.459-462).
Dopunska literatura	1. Janković, V., Marelić, N. (1995). Odbojka. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu. 2. Janković, V., Đurković, T., Rešetar, T. (2009). Uvod u specijalizaciju igračkih uloga u odbojci. Zagreb: Autorskanaklada.
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

METODIKA U ODBOJCI III (162547)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomislav Đurković**	
kancelarija		40/1	
konzultacije		Utorkom od 9-10 sati uz prethodnu najavu putem e - maila.	
e-mail		tomislav.djurkovic@kif.hr	
telefon		+38513658641	
nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomislav Đurković**	
kancelarija		41	
konzultacije		utorkom od 9.00 – 10.00 sati uz najavu putem e-mail-a	
e-mail		tomislav.djurkovic@kif.hr	
telefon		+38513658641	
nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomica Rešetar**	
kancelarija		42	
konzultacije		Utorkom, od 9 do 10 sati uz prethodnu najavu e-poštom.	
e-mail		tomica.resetar@kif.hr	
telefon		+38513658669	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	8,5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (45P+45V) *Izvedbeni sati: 45P**	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s metodama usavršavanja različitih tehničkih elemenata i povezivanja sa taktikom igre u specifičnim situacijama, s posebnim naglaskom na pojedine igrače funkcije (dizač, centralni igrač, primač-smečer, klorektor, libero)		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za samostalno planiranje i programiranje treninga seniorskih kategorija usmjerenih na usavršavanju tehničkih i taktičkih elemenata važnih za uspjeh u vrhunskoj odbojci. Na temelju znanja o strukturnim karakteristikama tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata unutar oba kompleksa odbojkaške igre student će znati izabrati sadržaje, opterećenja i metode pogodne za usavršavanje motoričkih i tehničko-taktičkih znanja. Temeljni ishod učenja je osposobljenost studenta da zna prenijeti znanje na druge poučavajući ih specifičnim zahtjevima vrhunske odbojke, bilo da se radi o taktičkim, tehničkim ili kondicijskim sposobnostima.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušane i položene nastavne građe studenti će moći: 1. primijeniti teorijska i praktička znanja o metodama uvježbavanja tehničko-taktičkih elemenata 2. diferencirano primijeniti različite metode davanja informacija s obzirom na mogućnosti sudionika u tjelesnom vježbanju i sportu 3. diferencirano primijeniti različite metode svladavanja motoričkih zadataka uporabom analitičke, sintetičke, situacijske metode poučavanja 4. analizirati i vrednovati razinu motoričke izvedbe 5. utvrditi postojanje tehničkih pogrešaka 6. izabrati metodičke postupke za ispravljanjetehničkih pogrešaka 7. utvrditi završnu razinu uspješnosti izvedbe tehničko-taktičkog elementa		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen	Predavanja i vježbe (svaka se nastavna tema obrađuje 2P+2V osim tema 7, 8,10, 14 koja se obrađuju 4P+4V) 1. Metodika usavršavanja taktike kompleksa 1 (K1) – prijem servisa		

prema satnici nastave	2. Metodika učenja taktike kompleksa 2 (K2)- servis 3. Metodika učenja taktike kompleksa 1 (K1) prijem servisa 4. Metodika učenja taktike kompleksa 1 (K1) smeč 5. Metodika učenja taktike kompleksa 2 (K2) - blok 6. Metodika učenja taktike kompleksa 2 (K2) - obrana polja, 7. Metodika učenja taktike kompleksa 2 (K2) - dizanje 8. Metodika učenja taktike kompleksa 2 (K2) - smeč 9. Metodika usavršavanja preciznosti dizača 10. Metodika usavršavanja taktike dizača 11. Metodika usavršavanja tehničkih i taktičkih karakteristika centralnih igrača 12. Metodika usavršavanja razvoja tehničkih i taktičkih karakteristika korektora 13. Metodika usavršavanja tehničkih i taktičkih karakteristika primača-smečera 14. Metodika usavršavanja tehničkih i taktičkih karakteristika libera 15. Metodika usavršavanja individualne taktike za svaku igračku funkciju u odbojci 16. Metodika usavršavanja ekipne taktike 17. Uloga i specifičnosti trenera seniorskih kategorija u odbojci 18. Metodika uigravanja ekipe u pojedinim rotacijama					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	15%	1	seminarski rad	30%	1,5
	pismeni ispit	5%	2	usmeni ispit	20%	2
	Praktični rad	30%	2			
				ukupno	**8,5 ECTS**	
Obvezna literatura	Janković, V., Marelić, N. (2003). Odbojka za sve. Zagreb: Autorska naklada. Marelić, N., Marelić, S., Đurković, T., Rešetar, T. (2008) Nastavne teme iz odbojke za osnovne škole. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. Marelić, N., Rešetar, T., Zadražnik, M. & Đurković, T. (2005). Modelling of situation parameters in top level volleyball. In: Proceedings Book of 4th International Scientific Conference of Kinesiology (ed D. Milanović, F. Prot) Opatija, Croatia, September 7-11, 2005, (pp.459-462).					
Dopunska literatura	1. Janković, V., Marelić, N. (1995). Odbojka. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu. 2. Janković, V., Đurković, T., Rešetar, T. (2009). Uvod u specijalizaciju igračkih uloga u odbojci. Zagreb: Autorska naklada.					
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa					

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U ODBOJCI II (162548)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomislav Đurković**	
kancelarija		40/1	
konzultacije		Utorkom od 9-10 sati uz prethodnu najavu putem e - maila.	
e-mail		tomislav.djurkovic@kif.hr	
telefon		+38513658641	
nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomislav Đurković**	
kancelarija		41	
konzultacije		utorkom od 9.00 – 10.00 sati uz najavu putem e-mail-a	
e-mail		tomislav.djurkovic@kif.hr	
telefon		+38513658641	
nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomica Rešetar**	
kancelarija		42	
konzultacije		Utorkom, od 9 do 10 sati uz prethodnu najavu e-poštom.	
e-mail		tomica.resetar@kif.hr	
telefon		+38513658669	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	obvezni
Semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	60 (60V)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Praktično provesti dijagnostiku antropološkog statusa sportaša (rekreativaca) u okviru svoje specijalnosti - Metodički oblikovati trenažni proces na terenu - Praktično provoditi trenažni proces s različitim dobnim kategorijama		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Asistiranje u treningu koji provode treneri specijalisti (15V) - Sudjelovanje u praktičnoj provedbi dijelova trenažnog procesa (15V) - Dijagnostički postupci za utvrđivanje stanja pripremljenosti sudionika u sportu, rekreaciji, kondicijskoj pripremi ili fitnesu (15V) - Samostalno planiranje i provođenje treninga mlađih u sportu te trenažnoga rada u kondicijskoj pripremi, rekreaciji i fitnesu (15V)		
Obveze studenata	Pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, rješavanje problemskih zadataka.		
Praćenje rada studenata	Praktični rad	100%	5
		ukupno	**5 ECTS**
Način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.		

SMJER – PLES – IV. SEM

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
162453	Metodika u plesu II	izv.prof.dr.sc. Jadranka Vlašić	45	0	45	8,5
162454	Metodika u plesu III	izv.prof.dr.sc. Jadranka Vlašić	45	0	45	8,5
162455	Stručno-trenerska praksa u plesu II.	izv.prof.dr.sc. Jadranka Vlašić	0	0	60	5
		UKUPNO	**90**	**0**	**150**	**22**

METODIKA U PLESU II (162453)

nositeljica predmeta		**izv.prof. dr. sc. Jadranka Vlašić**	
Kancelarija		168	
Konzultacije		utorkom od 12.30 do 13.30 sati i prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		jadranka.vlasic@kif.hr	
Telefon		+38513658768	
vanjski suradnik		**Alen Plevnik, mag. cin.**	
e-mail		alen.plevnik@kif.hr	
vanjski suradnik		**Lea Burcar, mag. cin.**	
e-mail		lea.burcar@kif.hr	
korepetitor		**Marko Robinić**	
e-mail		marko.robinic@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	8,5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (45P+45V)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s metodama učenja, poučavanja i uvježbavanja različitih tehničkih i tehničkotaktičkih elemenata u skladu s dobnim kategorijama, kvalitetnom razinom izvedbe i ranga natjecanja u sportskom plesu.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za samostalno oblikovanje metodičkih postupaka učenja i poučavanja u sportskom plesu. Na temelju znanja o strukturnim i biomehaničkim karakteristikama tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata student će moći izabrati sadržaje, opterećenja i metode pogodne za stjecanje motoričkih znanja za izvedbu tehničkih elemenata sportskog plesa kao i njihovih kombinacija - koreografije. Temeljni ishod učenja je osposobljenost studenta da zna prenijeti znanje na druge poučavajući ih novim motoričkim zadacima.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušane i položene nastavne građe studenti će moći: - primijeniti teorijska i praktička znanja o metodama poučavanja i uvježbavanja tehničkih elemenata - diferencirano primijeniti različite metode davanja informacija s obzirom na mogućnosti sudionika u tjelesnom vježbanju i sportu - diferencirano primijeniti različite metode svladavanja motoričkih zadataka uporabom analitičke, sintetičke, situacijske, ideomotoričke ili kombinirane metode poučavanja - analizirati i vrednovati razinu motoričke izvedbe - utvrditi postojanje motoričkih pogrešaka - izabrati metodičke postupke za ispravljanje motoričkih pogrešaka - utvrditi završnu razinu uspješnosti izvedbe tehničkog elementa pojedinog plesa		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (svaka se nastavna tema obrađuje 2P+2V) 1. Tehnika i tehnička pripremljenost u plesu 2. Tehničko -scenska pripremljenost u plesu 3. Teorijske osnove učenja i poučavanja plesne tehnike standardnih i latino-američkih plesova 4. Osnovni pedagoški i didaktički principi u tehničko-scenskom treningu plesača 5. Osnovni pedagoški i didaktički principi kondicijskom treningu plesača 6. Organizacijske i metodičke forme tehničko-scenskog treninga plesača		

	7. Organizacijske i metodičke forme kondicijskog treninga plesača 8. Lokaliteti, oprema i pomagala za tehničko- scenskog trening u plesu 9. Lokaliteti, oprema i pomagala za kondicijski trening u plesu 10. Organizacijski oblici u tehničkoj pripremi plesača standardnih plesova i latino-američkih plesova 11. Klasifikacija metoda poučavanja za stjecanje motoričkih znanja u plesu 12. Klasifikacija metoda poučavanja za razvoj kondicijskih sposobnosti u plesu					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	5%	1	seminarski rad	19%	1,5
	pismeni ispit	14%	2	usmeni ispit	33%	2
	Praktični rad	28%	2			
				ukupno	**8,5 ECTS**	
Obvezna literatura	1. Oreb, G. (1989). Analiza povezanosti primarnih motoričkih sposobnosti i sistema za procjenu uspješnosti u plesu. Kineziologija, 20(1), 55-60. 2. Oreb, G. & Kilibarda, S. (1996). The role of rhytmic abilities in dance. Kinesiology, 28(1), 58-63. 3. Vlašić, J. , Oreb, G. & Leščić, S. (2009). Povezanost motoričkih i morfoloških obilježja s uspjehom u društvenim plesovima. Hrvatski športskomedicinski vjesnik, 24,30-37.					
Dopunska literatura						
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa					

METODIKA U PLESU III (162454)

nositeljica predmeta		**izv.prof. dr. sc. Jadranka Vlašić**	
Kancelarija		168	
Konzultacije		utorkom od 12.30 do 13.30 sati i prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		jadranka.vlasic@kif.hr	
Telefon		+38513658768	
vanjski suradnik		**Alen Plevnik, mag. cin.**	
e-mail		alen.plevnik@kif.hr	
vanjski suradnik		**Lea Burcar, mag. cin.**	
e-mail		lea.burcar@kif.hr	
korepetitor		**Marko Robinić**	
e-mail		marko.robinic@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	8,5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (45P+45V)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s metodama učenja, poučavanja i uvježbavanja različitih tehničkih i tehničkotaktičkih elemenata u skladu s dobnim kategorijama, kvalitetnom razinom izvedbe i ranga natjecanja u sportskom plesu.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za samostalno oblikovanje metodičkih postupaka učenja i poučavanja u sportskom plesu. Na temelju znanja o strukturnim i biomehaničkim karakteristikama tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata student će moći izabrati sadržaje, opterećenja i metode pogodne za stjecanje motoričkih znanja za izvedbu tehničkih elemenata sportskog plesa plesa kao i njihovih kombinacija - koreografije. Temeljni ishod učenja je osposobljenost studenta da zna prenijeti znanje na druge poučavajući ih novim motoričkim zadacima.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušane i položene nastavne građe studenti će moći: 1. primijeniti teorijska i praktička znanja o metodama poučavanja i uvježbavanja tehničkih elemenata 2. diferencirano primijeniti različite metode davanja informacija s obzirom na mogućnosti sudionika u tjelesnom vježbanju i sportu 3. diferencirano primijeniti različite metode svladavanja motoričkih zadataka uporabom analitičke, sintetičke, situacijske, ideomotoričke ili kombinirane metode poučavanja 4. analizirati i vrednovati razinu motoričke izvedbe 5. utvrditi postojanje motoričkih pogrešaka 6. izabrati metodičke postupke za ispravljanje motoričkih pogrešaka 7. utvrditi završnu razinu uspješnosti izvedbe tehničkog ili tehničkih elementa pojedinog plesa		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (svaka se nastavna tema obrađuje 2P+2V) 1. Specifični metodski postupci za poučavanje tehnike standardnih i latino-američkih plesova 2. Početno i napredno poučavanje tehničkih elemenata u plesu 3. Metodika plesnog koreografiranja 4. Natjecateljsko usavršavanje tehničkih elemenata u plesu 5. Proces poučavanja u plesu: opis i objašnjenje strukturnih, biomehaničkih i anatomskih		

	obilježja motoričkog zadatka 6. Proces poučavanja u plesu: demonstracija motoričkog zadatka 7. Proces poučavanja u plesu: vrednovanje motoričke izvedbe - uočavanje motoričkih pogrešaka (uzroci i posljedice) 8. Proces poučavanja u plesu: motoričke pogreške u izvedbi motoričkog zadatka – strukturni i biomehanički pristup 9. Proces poučavanja u plesu: ispravljanje motoričkih pogrešaka 10. Proces poučavanja u plesu: završna kontrola pravilnosti izvedbe motoričkog zadatka 11. Specifičnosti metodičkih postupaka učenja i poučavanja u konvencionalno-estetskim sportskim granama. U ovoj grupaciji sportova dominira proces metodika učenja i poučavanja tehničkih elemenata pojedinih plesnih izraza. ukupna će satnica biti dominantno usmjerena na stjecanje i usavršavanje izvedaba elemenata tehnike. Od ukupnog broja predviđenih sati, cca 75% posvetit će se učenju i poučavanju tehničkih elemenata, a 25% učenju i poučavanju scenskog ponašanja (44P+44V)
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci

Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	5%	1	seminarski rad	19%	1,5
	pismeni ispit	14%	2	usmeni ispit	33%	2
	Praktični rad	28%	2			
				ukupno	**8,5 ECTS**	

Obvezna literatura	1. Oreb, G. (1989). Analiza povezanosti primarnih motoričkih sposobnosti i sistema za procjenu uspješnosti u plesu. Kineziologija, 20(1), 55-60. 2. Oreb, G. & Kilibarda, S. (1996). The role of rhytmic abilities in dance. Kinesiology, 28(1), 58-63. 3. Vlašić, J. , Oreb, G. & Leščić, S. (2009). Povezanost motoričkih i morfoloških obilježja s uspjehom u društvenim plesovima. Hrvatski športskomedicinski vjesnik, 24,30-37.
Dopunska literatura	
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U PLESU II (162455)

nositeljica predmeta		**izv.prof. dr. sc. Jadranka Vlašić**	
Kancelarija		168	
Konzultacije		utorkom od 12.30 do 13.30 sati i prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		jadranka.vlasic@kif.hr	
Telefon		+38513658768	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	60 (60V)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Praktično provesti dijagnostiku antropološkog statusa sportaša (rekreativaca) u okviru svoje specijalnosti - Metodički oblikovati trenažni proces na terenu - Praktično provoditi trenažni proces s različitim dobnim kategorijama		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Asistiranje u treningu koji provode treneri specijalisti (15V) - Sudjelovanje u praktičnoj provedbi dijelova trenažnog procesa (15V) - Dijagnostički postupci za utvrđivanje stanja pripremljenosti sudionika u sportu, rekreaciji, kondicijskoj pripremi ili fitnesu (15V) - Samostalno planiranje i provođenje treninga mlađih u sportu te trenažnoga rada u kondicijskoj pripremi, rekreaciji i fitnesu (15V)		
Obveze studenata	Pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, rješavanje problemskih zadataka.		
Praćenje rada studenata	Praktični rad	100%	5
	ukupno		**5 ECTS**
Način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.		

SMJER – RUKOMET – IV. SEM

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
162505	Metodika u rukometu II	izv. prof. dr. sc. Katarina Ohnjec doc. dr. sc. Igor Gruić	45	0	45	8,5
162507	Metodika u rukometu III	izv. prof. dr. sc. Katarina Ohnjec doc. dr. sc. Igor Gruić	45	0	45	8,5
162508	Stručno-trenerska praksa u rukometu II.	izv. prof. dr. sc. Katarina Ohnjec doc. dr. sc. Igor Gruić	0	0	60	5
		UKUPNO	**90**	**0**	**150**	**22**

METODIKA U RUKOMETU II (162545)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Katarina Ohnjec**	
kancelarija			
konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		katarina.ohnjec@kif.hr	
telefon			
nositelj predmeta		**doc. dr. sc. Igor Gruić**	
kancelarija			
konzultacije			
e-mail		igor.gruic@kif.hr	
telefon			
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	8,5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (45P+45V) *Izvedbeni sati: 45P**	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s metodama učenja, poučavanja i uvježbavanja različitih tehničkih i tehničkotaktičkih elemenata u skladu s dobnim kategorijama, kvalitetnom razinom izvedbe i ranga natjecanja.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za samostalno oblikovanje metodičkih postupaka učenja i poučavanja u rukometu. Na temelju znanja o strukturnim i biomehaničkim karakteristikama tehničkih i tehničkotaktičkih elemenata student će moći izabrati sadržaje, opterećenja i metode pogodne za stjecanje motoričkih znanja za izvedbu tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata. Temeljni ishod učenja je osposobljenost studenta da zna prenijeti znanje na druge poučavajući ih novim motoričkim zadacima.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušane i položene nastavne građe studenti će moći: - primijeniti teorijska i praktička znanja o metodama poučavanja i uvježbavanja tehničko-taktičkih elemenata - diferencirano primijeniti različite metode davanja informacija s obzirom na mogućnosti sudionika u tjelesnom vježbanju i rukometu - diferencirano primijeniti različite metode svladavanja motoričkih zadataka uporabom analitičke, sintetičke, situacijske, ideomotoričke ili kombinirane metode poučavanja - analizirati i vrednovati razinu motoričke izvedbe - utvrditi postojanje motoričkih pogrešaka - izabrati metodičke postupke za ispravljanje motoričkih pogrešaka - utvrditi završnu razinu uspješnosti izvedbe tehničkog ili tehničko-taktičkog elementa		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (svaka se nastavna tema obrađuje 2P+2V osim teme 24 koja je razrađena po vrstama sportskih grana i obrađuje se 44P+44V) 1. Tehnika, tehnička pripremljenost i tehnička priprema u rukometu 2. Taktika, taktička pripremljenost i taktička priprema u rukometu 3. Teorijske osnove učenja i poučavanja u rukometu 4. Osnovni pedagoški i didaktički principi u tehničko-taktičkom treningu rukometaša 5. Osnovni metodički principi u tehničko-taktičkom treningu rukometaša 6. Organizacijske i metodičke forme tehničko-taktičkog treninga rukometaša 7. Lokaliteti, oprema i pomagala za tehničko-taktički trening u rukometu 8. Organizacijski oblici u tehničko-taktičkoj pripremi sportaša u rukometu 9. Klasifikacija metoda poučavanja za stjecanje motoričkih znanja u rukometu 10. Specifični metodski postupci za poučavanje tehnike u rukometu		

	11. Faze učena i poučavanja tehničkih elemenata u rukometu 12. Specifičnosti metodičkih postupaka učenja i poučavanja u rukometu dominira proces metodika učenja i poučavanja taktičkih elemenata pojedinih disciplina. Rukomet je vrlo bogat taktičkim elementima pa će ukupna satnica biti dominantno usmjerena na stjecanje i usavršavanje izvedaba elemenata tehnike. Od ukupnog broja predviđenih sati, cca 25% posvetit će se učenju i poučavanju tehničkih elemenata, a 75% učenju i poučavanju individualne, skupne i kolektivne taktike u fazama obrane i napada. ((22P+22V)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	5%	1	seminarski rad	19%	3
	pismeni ispit	14%	3	usmeni ispit	33%	6
	Praktični rad	28%	4			
				ukupno	**8,5 ECTS**	
Obvezna literatura	Foretić, N. Rogulj, N. (2009). Škola rukometa Milanović, D. (2013). Teorija treninga. Kineziologija sporta. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu Malić, Z., Dvoršek, B. (2011). Rukomet-pogled s klupe (2. izdanje). Kustoš: Zagreb Radić, N. (2012).Rukomet od početnika do vrhunskog igrača. Vlastita naknada i RD Ribnica RIKO hiše.					
Dopunska literatura	1. Šimenc Z., K. Pavlin, D. Vuleta (1998). Osnove taktike rukometne igre, Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu. 2. Rogulj, N. (2009). Modeli taktike u rukometu. Znanstveno-sportsko društvo Grifon, Split. 3. Rimanić, I., Vuleta, D. (2011). Metodika poučavanja različitih varijanti u napadu na obranu 5:1 kroz vježbe grupne i kolektivne taktike te metodika poučavanja tehničko-taktičkog djelovanja igre u obrani 5:1 kroz vježbe grupne i kolektivne taktike. Zbornik radova XXXV. Seminar rukometnih trenera, Zadar, 21.01.- 23.01.2011. (elektronsko izdanje) 4. Šoštarić, N., B. Dvoršek (2011). Metodika poučavanja i usavršavanja „brzog centra“ te „kontranapada“ kroz elemente grupnog te-ta djelovanja (2-3-4 igrača) a kao sredstvo „brze igre“ u suvremenom rukometu. Zbornik radova XXXV. Seminar rukometnih trenera, Zadar, 21.01.-23.01.2011. (elektronsko izdanje) 5. Zvonarek, N. (2011). Stupnjevito poučavanje (početna i napredna), individualnog TE-TA djelovanja za pojedina igračka mjesta u fazi napada. Zbornik radova XXXV. Seminar rukometnih trenera, Zadar, 21.01.- 23.01.2011. (elektronsko izdanje) 5. Rogulj, N. (2021). Teorija i metodika rukometa. Kineziološki fakultet u Splitu					
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa					

METODIKA U RUKOMETU III (162507)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Katarina Ohnjec**	
kancelarija			
konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		katarina.ohnjec@kif.hr	
telefon			
nositelj predmeta		**doc. dr. sc. Igor Gruić**	
kancelarija			
konzultacije			
e-mail		igor.gruic@kif.hr	
telefon			
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	8,5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (45P+45V) *Izvedbeni sati: 45P**	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s metodama učenja, poučavanja i uvježbavanja različitih tehničkih i tehničkotaktičkih elemenata u skladu s dobnim kategorijama, kvalitetnom razinom izvedbe i ranga natjecanja.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za samostalno oblikovanje metodičkih postupaka učenja i poučavanja u rukometu. Na temelju znanja o strukturnim i biomehaničkim karakteristikama tehničkih i tehničkotaktičkih elemenata student će moći izabrati sadržaje, opterećenja i metode pogodne za stjecanje motoričkih znanja za izvedbu tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata. Temeljni ishod učenja je osposobljenost studenta da zna prenijeti znanje na druge poučavajući ih novim motoričkim zadacima.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušane i položene nastavne građe studenti će moći: 1. primijeniti teorijska i praktička znanja o metodama poučavanja i uvježbavanja tehničko-taktičkih elemenata 2. diferencirano primijeniti različite metode davanja informacija s obzirom na mogućnosti sudionika u tjelesnom vježbanju i rukometu 3. diferencirano primijeniti različite metode svladavanja motoričkih zadataka uporabom analitičke, sintetičke, situacijske, ideomotoričke ili kombinirane metode poučavanja 4. analizirati i vrednovati razinu motoričke izvedbe 5. utvrditi postojanje motoričkih pogrešaka 6. izabrati metodičke postupke za ispravljanje motoričkih pogrešaka 7. utvrditi završnu razinu uspješnosti izvedbe tehničkog ili tehničko-taktičkog elementa		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (svaka se nastavna tema obrađuje 2P+2V osim teme 13 koja je razrađena po vrstama sportskih grana i obrađuje se 44P+44V) 1. Početno poučavanje tehničkih elemenata u rukometu 2. Napredno poučavanje tehničkih elemenata u rukometu 3. Situacijsko usavršavanje tehničkih elemenata u rukometu 4. Natjecateljsko usavršavanje tehničkih elemenata u rukometu 5. Principi učenja i poučavanja u rukometu – individualizacija 6. Principi učenja i poučavanja u rukometu – intenzifikacija 7. Proces poučavanja u rukometu: opis i objašnjenje strukturnih, biomehaničkih i anatomskih obilježja motoričkog zadatka 8. Proces poučavanja u rukometu: demonstracija izvedbe tehničkog i tehničko-taktičkog zadatka		

	9. Proces poučavanja u rukometu: vrednovanje motoričke izvedbe - uočavanje motoričkih pogrešaka (uzroci i posljedice) 10. Proces poučavanja u rukometu: motoričke pogreške u izvedbi motoričkog zadatka - strukturni i biomehanički pristup 11. Proces poučavanja u rukometu: ispravljanje motoričkih pogrešaka 12. Proces poučavanja u rukometu: završna kontrola pravilnosti izvedbe motoričkog zadatka 13. Specifičnosti metodičkih postupaka učenja i poučavanja u rukometu dominira proces metodika učenja i poučavanja taktičkih elemenata pojedinih disciplina. Rukomet je vrlo bogat taktičkim elementima pa će ukupna satnica biti dominantno usmjerena na stjecanje i usavršavanje izvedaba elemenata tehnike. Od ukupnog broja predviđenih sati, cca 25% posvetit će se učenju i poučavanju tehničkih elemenata, a 75% učenju i poučavanju individualne, skupne i kolektivne taktike u fazama obrane i napada. (22P+22V)
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci

Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	5%	0,5	seminarski rad	19%	1,5
	pismeni ispit	14%	1,5	usmeni ispit	33%	3
	Praktični rad	28%	2			
				ukupno	**8,5 ECTS**	

Obvezna literatura	1. Foretić, N. Rogulj, N. (2009). Škola rukometa 2. Milanović, D. (2013). Teorija treninga. Kineziologija sporta. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 3. Malić, Z., Dvoršek, B. (2011). Rukomet-pogled s klupe (2. izdanje). Kustoš: Zagreb 4. Radić, N. (2012).Rukomet od početnika do vrhunskog igrača. Vlastita naknada i RD Ribnica RIKO hiše. .Dvoršek,B., 3.Mlinarić, Z.(2012). Praktikum za rad sa mlađim dobnim kategorijama.Hrvatski rukometni savez -Udruga trenera 5. Rogulj Nenad (2014.) Između vratnica. Znanstveno-sportsko društvo Grifon, Split.
Dopunska literatura	1. Šimenc Z., K. Pavlin, D. Vuleta (1998). Osnove taktike rukometne igre, Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu. 2. Rogulj, N. (2009). Modeli taktike u rukometu. Znanstveno-sportsko društvo Grifon, Split. 3. Rimanić, I., Vuleta, D. (2011). Metodika poučavanja različitih varijanti u napadu na obranu 5:1 kroz vježbe grupne i kolektivne taktike te metodika poučavanja tehničko-taktičkog djelovanja igre u obrani 5:1 kroz vježbe grupne i kolektivne taktike. Zbornik radova XXXV. Seminar rukometnih trenera, Zadar, 21.01.- 23.01.2011. (elektronsko izdanje) 4. Šoštarić, N., B. Dvoršek (2011). Metodika poučavanja i usavršavanja „brzog centra“ te „kontranapada“ kroz elemente grupnog te-ta djelovanja (2-3-4 igrača) a kao sredstvo „brze igre“ u suvremenom rukometu. Zbornik radova XXXV. Seminar rukometnih trenera, Zadar, 21.01.-23.01.2011. (elektronsko izdanje) 5. Zvonarek, N. (2011). Stupnjevito poučavanje (početna i napredna), individualnog TE-TA djelovanja za pojedina igračka mjesta u fazi napada. Zbornik radova XXXV. Seminar rukometnih trenera, Zadar, 21.01.- 23.01.2011. (elektronsko izdanje)
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U RUKOMETU II (162508)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Katarina Ohnjec**			
kancelarija					
konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a			
e-mail		katarina.ohnjec@kif.hr			
telefon					
nositelj predmeta		**doc. dr. sc. Igor Gruić**			
kancelarija					
konzultacije					
e-mail		igor.gruic@kif.hr			
telefon					
studijski program	Stručni studij	status predmeta		obvezni	
Semestar	IV.	godina studija		II.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost		5 ECTS	
mjesto izvođenja	Predavaonica				
način izvođenja nastave	60 (60V)	očekivani broj studenata na predmetu		1	
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.				
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.				
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Praktično provesti dijagnostiku antropološkog statusa sportaša (rekreativaca) u okviru svoje specijalnosti - Metodički oblikovati trenažni proces na terenu - Praktično provoditi trenažni proces s različitim dobnim kategorijama				
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Asistiranje u treningu koji provode treneri specijalisti (15V) - Sudjelovanje u praktičnoj provedbi dijelova trenažnog procesa (15V) - Dijagnostički postupci za utvrđivanje stanja pripremljenosti sudionika u sportu, rekreaciji, kondicijskoj pripremi ili fitnesu (15V) - Samostalno planiranje i provođenje treninga mlađih u sportu te trenažnoga rada u kondicijskoj pripremi, rekreaciji i fitnesu (15V)				
Obveze studenata	Pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, rješavanje problemskih zadataka.				
Praćenje rada studenata	Praktični rad	100%	5		
				ukupno	**5 ECTS**
Način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.				

SMJER – TENIS – IV. SEM

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
162540	Metodika u tenisu II	izv.prof. dr. sc. Petar Barbaros	45	0	45	8,5
162541	Metodika u tenisu III	izv.prof. dr. sc. Petar Barbaros	45	0	45	8,5
162542	Stručno-trenerska praksa u tenisu II.	izv.prof. dr. sc. Petar Barbaros	0	0	60	5
		UKUPNO	**90**	**0**	**150**	**22**

METODIKA U TENISU II (162540)

nastavnik		**izv. prof. dr. sc. Petar Barbaros**				
kancelarija		43				
konzultacije		utorkom od 11.00 do 13.00 ili prema dogovoru e-mailom				
e-mail		petar.barbaros.tudor@kif.hr				
telefon		+38513658643				
vanjski suradnik		**Dugandžić Marijan, prof.**				
e-mail						
vanjska suradnica		**Ico Humić, viši predavač**				
e-mail						
studijski program	Stručni studij	status predmeta		specijalistički		
Semestar	IV.	godina studija		II.		
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost		8,5 ECTS		
mjesto izvođenja	Predavaonica					
način izvođenja nastave	90 (45P+45V)	očekivani broj studenata na predmetu		4		
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s metodama učenja, poučavanja i uvježbavanja različitih tehničkih i tehničkotaktičkih elemenata u skladu s dobnim kategorijama, kvalitetnom razinom izvedbe i rangom natjecanja.					
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za samostalno poučavanje i i trening tenisača. Na temelju znanja o strukturnim i biomehaničkim karakteristikama tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata student će moći izabrati sadržaje, opterećenja i metode pogodne za stjecanje motoričkih znanja za izvedbu tehničkih i tehničkotaktičkih elemenata. Temeljni ishod učenja je osposobljenost studenta za proces prijenosa znanja tenisačima.					
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon položenog ispita studenti će moći: - primijeniti teorijska i praktička znanja o metodama poučavanja i uvježbavanja tehničko-taktičkih elemenata - diferencirano primijeniti različite metode davanja informacija s obzirom na mogućnosti tenisača odnosno tenisačica - diferencirano primijeniti različite metode svladavanja motoričkih zadataka uporabom analitičke, sintetičke, situacijske, kombinirane i vizualizacijske metode učenja - analizirati i vrednovati razinu motoričke izvedbe tenisača					
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (svaka se nastavna tema obrađuje 2P+2V osim teme 24 koja je razrađena po vrstama sportskih grana i obrađuje se 44P+44V) 1. Tehnika i tehnička pripremljenost u tenisu 2. Taktika i taktička pripremljenost u tenisu 3. Specifični metodski postupci za poučavanje tehnike u tenisu 4. Osnovni metodički principi u tehničko-taktičkom treningu tenisa 5. Osnovni metodički principi u kondicijskom treningu tenisača 6. Osnovni metodički principi u tehničko-taktičkom treningu tenisa 7. Osnovni metodički principi u kondicijskom treningu tenisača 8. Trenažne postave tehničko-taktičkog treninga 9. Trenažne postave kondicijskog treninga u tenisu 10. Lokaliteti, oprema i pomagala za tehničko-taktički trening u tenisu 11. Lokaliteti, oprema i pomagala za kondicijski trening u tenisu 12. Tehničko-taktičko priprema u tenisu					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	5%	0,5	seminarski rad	19%	1,5
	pismeni ispit	14%	1,5	usmeni ispit	33%	3

	Praktični rad	28%	2			
					ukupno	**8,5 ECTS**
Obvezna literatura	Dugandžić, M. (2009). Osnove strategije i taktike. Skriptirani materijal. Humić, I. (2008). Metodika teniskog treninga 2. Skriptirani materijal. Cayer, L. (2004). Singl tennis tactics, ITF , USA					
Dopunska literatura	1. Filipčić, Aleš. Tenis: treniranje. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitutza šport, 2002. 212 str., ilustr., tabele. ISBN 961-6405-12-8. 2. Kovacs, M., Chandler, W.B., Chamdler, T.J. (2007). Tennis Training: Enhancing On-court Performance. United States Tennis Association.					
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa					

METODIKA U TENISU III (162541)

nastavnik		**izv. prof. dr. sc. Petar Barbaros**	
kancelarija		43	
konzultacije		utorkom od 11.00 do 13.00 ili prema dogovoru e-mailom	
e-mail		petar.barbaros.tudor@kif.hr	
telefon		+38513658643	
vanjski suradnik		**Dugandžić Marijan, prof.**	
e-mail			
vanjskl suradnica		**Ico Humić, viši predavač**	
e-mail			
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	8,5 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	90 (45P+45V)	očekivani broj studenata na predmetu	4
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s metodama učenja, poučavanja i uvježbavanja različitih tehničkih i tehničkotaktičkih elemenata u skladu s dobnim kategorijama, kvalitetnom razinom izvedbe i rangom natjecanja.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za samostalno poučavanje i i trening tenisača. Na temelju znanja o strukturnim i biomehaničkim karakteristikama tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata student će moći izabrati sadržaje, opterećenja i metode pogodne za stjecanje motoričkih znanja za izvedbu tehničkih i tehničkotaktičkih elemenata. Temeljni ishod učenja je osposobljenost studenta za proces prijenosa znanja tenisačima.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon položenog ispita studenti će moći: 1. utvrditi motoričke pogrešake u izvedbi elemenata teniske igre 2. izabrati metodičke postupke za ispravljanje motoričkih pogrešaka 3. utvrditi završnu razinu uspješnosti izvedbe tehničkog ili tehničko-taktičkog elementa teniske igre 4. utvrditi razinu situacijske uspješnosti igre tenisača		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (svaka se nastavna tema obrađuje 2P+2V osim teme 24 koja je razrađena po vrstama sportskih grana i obrađuje se 44P+44V) 1. Trenažne postave kondicijske pripreme u tenisu 2. Klasifikacija metoda poučavanja za stjecanje motoričkih znanja u tenisu 3. Klasifikacija metoda vježbanja za razvoj kondicijskih sposobnosti u tenisu 4. Natjecateljsko usavršavanje tehničkih elemenata u tenisu 5. Metodika razvoja agilnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 6. Metodika razvoja preciznosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 7. Metodika razvoja ravnoteže u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 8. Metodika razvoja aerobnih sposobnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 9. Metodika razvoja anaerobnih (glikolitičkih i fosfagenih) sposobnosti u specifičnoj i situacijskoj kondicijskoj pripremi 10. Metodika razvoja i održavanja morfoloških obilježja sportaša u tenisu 11. Kontrola kondicijske pripremljenosti u tenisu 12. Specifičnosti metodičkih postupaka učenja i poučavanja ostalih sportova u funkciji razvoja tenisača. A) Monostrukturalne sportske grane: atletika, plivanje, skijanje, streljaštvo, boćanje i dr.) B) Konvencionalnoestetske sportske grane (sportska gimnastika, klizanje, koturaljkanje i dr.) C) Polistrukturne sportske grane:		

	(karate, boks, mačevanje i dr.) D) Kompleksne sportske grane: (košarka, rukomet, nogomet, odbojka i dr.)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	5%	0,5	seminarski rad	19%	1,5
	pismeni ispit	14%	1,5	usmeni ispit	33%	3
	Praktični rad	28%	2			
				ukupno	**8,5 ECTS**	
Obvezna literatura	Dugandžić, M. (2009). Osnove strategije i taktike. Skriptirani materijal. Humić, I. (2008). Metodika teniskog treninga 2. Skriptirani materijal. Cayer, L. (2004). Singl tennis tactics, ITF , USA					
Dopunska literatura	1. Filipčić, Aleš. Tenis: treniranje. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitutza šport, 2002. 212 str., ilustr., tabele. ISBN 961-6405-12-8. 2. Kovacs, M., Chandler, W.B., Chamdler, T.J. (2007). Tennis Training: Enhancing On-court Performance. United States Tennis Association.					
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa					

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U TENISU II (162542)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Petar Barbaros**			
kancelarija		43			
konzultacije		utorkom od 11.00 do 13.00 ili prema dogovoru e-mailom			
e-mail		petar.barbaros.tudor@kif.hr			
telefon		+38513658643			
studijski program	Stručni studij	status predmeta		obvezni	
Semestar	IV.	godina studija		II.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost		5 ECTS	
mjesto izvođenja	Predavaonica				
način izvođenja nastave	60 (60V)	očekivani broj studenata na predmetu		4	
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.				
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.				
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Praktično provesti dijagnostiku antropološkog statusa sportaša (rekreativaca) u okviru svoje specijalnosti - Metodički oblikovati trenažni proces na terenu - Praktično provoditi trenažni proces s različitim dobnim kategorijama				
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Asistiranje u treningu koji provode treneri specijalisti (15V) - Sudjelovanje u praktičnoj provedbi dijelova trenažnog procesa (15V) - Dijagnostički postupci za utvrđivanje stanja pripremljenosti sudionika u sportu, rekreaciji, kondicijskoj pripremi ili fitnesu (15V) - Samostalno planiranje i provođenje treninga mlađih u sportu te trenažnoga rada u kondicijskoj pripremi, rekreaciji i fitnesu (15V)				
Obveze studenata	Pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, rješavanje problemskih zadataka.				
Praćenje rada studenata	Praktični rad	100%	5		
				ukupno	**5 ECTS**
Način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.				

IZBORNI PREDMETI/SPORTOVI – IV. SEM

Šifra predmeta	IZBORNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA						
	Izborni predmet II		15	15	0	2
	Izborni predmet III		15	15	0	2
	Izborni predmet/sport II		9	18	18	3
		UKUPNO			**39**	**48**
Smjer FITNES						
	Izborni predmet III		15	15	0	2
	Izborni predmet/sport II		9	18	18	3
		UKUPNO	**24**	**33**	**18**	**5**
Smjer SPORTSKA REKREACIJA						
	Izborni predmet/sport II		9	18	18	3
		UKUPNO	**9**	**18**	**18**	**3**

broj izbornih predmeta koje upisuju u IV semestru: KPS= 2, SPORT=2, FITNES=1

broj izbornih sportova koje upisuju u IV. sem: KPS= 1, SPORT=1, FITNES=1; SP. REKREACIJA=1

IZBORNI PREDMETI – IV. SEM

Šifra predmeta	IZBORNI PREDMETI	NOSITELJI	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
89432	Biomehanička dijagnostika	prof.dr.sc. Mario Kasović	15	15	0	2
150231	Kineziološka orijentacija i selekcija	prof. dr. sc. Goran Sporiš, izv.prof. dr. sc. Vlatko Vučetić	30	0	0	2
89433	Kineziterapija	izv.prof. dr. sc. Tatjana Trošt Bobić izv.prof. dr. sc. Lidija Petrinović	15	0	15	2
89434	Komunikologija u sportu	izv.prof. dr. sc. Sunčica Bartoluci	15	15	0	2
123602	Kultura javnog govorenja	doc. dr. sc. Diana Tomić	15	15	0	2
150234	Prehrana sportaša	prof. dr. sc. Zvonimir Šatalić	30	0	0	2
172740	Sport i pravo	prof. dr. sc. Siniša Petrović, prof. dr. sc. Mario Baić, prof. dr. sc. Igor Gliha	30	0	0	2
150236	Sport u europskim državama	izv.prof. dr. sc. Zrinko Čustonja	15	15	0	2
150238	Sportsko-rekreacijski programi u prirodi	izv. prof. dr. sc. Drena Trkulja-Petković	14	0	16	2
117524	Wellness	izv.prof. dr. sc. Danijel Jurakić	15	0	15	2
150239	Život u prirodi i vještina preživljavanja	izv. prof. dr. sc. Dražen Harasin	15	15	0	2

broj izbornih predmeta koje upisuju u IV semestru: KPS= 2, SPORT=2, FITNES=1

BIOMEHANIČKA DIJAGNOSTIKA (89432)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Mario Kasović**	
Kancelarija		187	
Konzultacije		petkom od 10.00 do 11.00 sati	
e-mail		mario.kasovic@kif.unizg.hr	
Telefon		+38513658718	
vanjski suradnik		**prof. dr. sc. Mladen Mejovšek**	
e-mail		mladen.mejovsek@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	izborni
Semestar	IV. - zimski	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica P9 (S) i (V) predavaonica P10		
način izvođenja nastave	30 (15P+15S) Izvedbeni sati: 15P*	očekivani broj studenata na predmetu	60
ciljevi predmeta	Osposobiti studente za rad u području biomehaničke analize što znači stjecanje znanja iz suvremenih tehnika i tehnologija za prikupljanje podataka gibanja, metoda procesiranja i načine interpretacije rezultata analiza, kao i njihovu primjenu i značaj u programiranju transformacijskih procesa u pripremi vrhunskih sportaša.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	- Razumjeti koncepciju i funkcioniranje provedbe biomehaničke analize; - poznavati suvremenu biomehaničku opremu i tehnologiju (motion capture technology); - koristiti znanja iz područja biomehaničke analize za programiranje treninga i transformacijskih procesa vježbanja.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - razumjeti važnost i ulogu biomehaničke analize gibanja u vrhunskom sportu; - na mrežnim sustavima nalaziti i koristiti demonstracijske programe komercijalnih sustava; - znati osnove stereofotogrametrijskih postupaka mjerenja; - provoditi kalibraciju sustava, digitalizaciju i akviziciju referentnih točaka gibanja; - poznavati procesiranje i obradu podataka gibanja; - interpretirati rezultate biomehaničke analize.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**Predavanja i seminari** 1. Koncepcija neinvazivne biomehaničke analize i istraživanja kinematike i kinetike gibanja u vrhunskom sportu (2P) 2. Oprema, protokol mjerenja, postupci procesiranja podataka, odabir modela i algoritama metode inverzne dinamike (2P) 3. Regresijski i geometrijskih postupci N-segmentalnog antropomorfnog modeliranja, antropometrijsko mjerenje, parametri i varijable modela, izbor diferencijalnih jednadžbi računanja varijabli modela (1P+2S) 4. Stereofotogrametrijsko mjerenje, sustavi za zabilježbu i 3D rekonstrukciju gibanja (APAS, PEAK, ELITE, SIMI), prostorna i vremenske rezolucija akvizicije podataka u različitim situacijama natjecanja ili laboratorijskog mjerenja (2P+2S) 5. Inercijalni sustavi, kalibracija, doseg mjerenja, problemi invazivnosti i računalna animacija gibanja (X-SENS, ANIMAZOO) (2P)		

	6. Analiza amplitudnih, faznih i frekvencijskih karakteristika signala, optimalnog uzorkovanja, utvrđivanje granične frekvencije i koeficijenata nisko propusnog filtriranja (rekurzivni filtri i prirodne kubične ili kvintične spline funkcije) (2P) 7. Analiza spektra podataka gibanja, redukcija stohastičkih šumova tehnikama pogađanja i filtriranja (2P+1S) 8. Praktična primjena sustava za analizu gibanja (APAS i ELITE), konfiguracija, registracija gibanja, kalibracija, digitalizacija zapisa i referentnih anatomskih lokacija, 3D rekonstrukcija DLT metodom (2P+2S) 9. Konstrukcija kinematičkog/kinetičkog modela, računanje parametara i veličina gibanja. Prikaz rezultata analize numerički, animacijom, dijagramima i sl. te interpretacija rezultata i dijagnostika efikasnosti gibanja. (4S) 10. Odabir tehničkih i tehnoloških rješenja u zavisnosti sa raznovrsnošću sportskih aktivnosti i prikaz izvedenih analiza (4S)
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave te aktivan i konkretan rad na nastavi, rad u grupi te samostalan rad pri rješavanju individualnih zadataka.

Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	50%	1	seminarski rad	25%	0.5
	usmeni ispit	25%	0.5	ukupno	**2.0 ECTS**	

Obvezna literatura	1. Mejovšek, M. (1994). Application of spectral analysis in processing of kinematic signals of movement. Kineziologija 26 (1-2): 71-73. 2. Mejovšek, M. (1995). Dinamička analiza gibanja u športu. u: Pećina, M., Heimer, S. i sur. (ur.) Športska medicina – Odabrana poglavlja. Zagreb: Medicinska biblioteka, Naprijed, 70-74. 3. Kuleš, B., Mejovšek, M. (1997). Kinematic and dynamic analysis of the ushiro mawashi geri. Kineziologija 29 (2): 40-46.
Dopunska literatura	1. Allard, P. i sur. (1995). Three-Dimensional Analysis of Human Movement. Human Kinetics. 2. Stergiou, N. (2004). Inovative Analyses of Human Movement. Human Kinetics. 3. Hraski, Ž., Mejovšek, M. (1999). Primjena sustava za kinematičku analizu sportskih tehnika. u: Hraski, Ž., Matković, Br. (ur.) Zbornik radova, 8. zagrebački sajam sporta – „Trener i suvremena dijagnostika“, Zagreb, 17-28. 4. Hraski, Ž., Mejovšek, M. (2004). Production of angular momentum for backward somersault. IASTED International Conference on Biomechanics, Honolulu, Hawaii, USA, 10-13. 5. Antekolović, Lj., Dobrila, I., Mejovšek, M., Čoh, M. (2006). Longitudinal follow-up of kinematic parameters in high jump – A case study. New Studies in Athletics, 21 (4): 27-37.
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.

PREHRANA SPORTAŠA (150234)

nositelj predmeta		**prof.dr.sc. Zvonimir Šatalić**	
kancelarija			
konzultacije			
e-mail		zvonimir.satalic@kif.hr	
telefon			
nastavnik		izv.prof. dr. sc. Maroje Sorić	
kancelarija			
konzultacije		prema dogovoru e-poštom	
e-mail		maroje.soric@kif.hr	
telefon		+38513658744	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	Izborni
semestar	IV.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema posebnih preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	30(30P) Izvedbeni sati: 15P*	očekivani broj studenata na predmetu	20
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je stjecanje spoznaja potrebnih za rad u području kineziologije sporta i rekreacije, a posebno u vrhunskom sportu.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	- rad u području kineziologije sporta i rekreacije - rad u području vrhunskog sporta - promocija zdravog načina života		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: □ razumjeti osnove zdrave prehrane □ razumjeti dnevne prehrambene potrebe vrhunskih sportaša različitih sportskih disciplina □ analizirati uobičajene prehrambene navike sportaša □ analizirati uobičajene unose pojedinih nutrijenata □ planirati dnevni unos hrane kod vrhunskih sportaša različitih sportskih disciplina		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**Predavanja** (svaka se tema obrađuje 2 nastavna sata) 1. Anatomske i fiziološke osnove prehrane 2. Biokemijske osnove prehrane. 3. Povezanost prehrane i metabolizma. 4. Energetski stanični procesi 5. Navike prehrane u sportaša. 6. Osnovni principi prehrane sportaša. 7. Dnevni energetski unos. 8. Ugljikohidrati u prehrani sportaša. 9. Bjelančevine u prehrani sportaša sportova jakosti i sportova izdržljivosti. 10. Vitamini i minerali. 11. Nadoknada tekućine tijekom treninga i natjecanja. 12. Režim prehrane prije natjecanja u sportova izdržljivosti. 13. Planiranje prehrane sportaša; Obrok prije natjecanja. 14. Dijete u redukciji tjelesne mase. 15. Ergogena sredstva: farmakološka, nutritivna, fiziološka sredstva, hormoni.		
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje na nastavi, izrada i prezentacija seminarskog rada		

praćenje rada studenata	aktivnosti na nastavi			pismeni ispit	100%	2
	praktični rad			3 praktična kolokvija		
	usmeni ispit			ukupno	**2.0 ECTS**	
obvezna literatura	▪ Z. Šatalić, M. Sorić, M. Mišigoj Duraković (2016) Sportska prehrana. Znanje d.o.o.					
dopunska literatura	▪ Z. Šatalić, M. Mišigoj Duraković (2019) Temeljni principi sportske prehrane. U: Sportska medicina (M. Pećina, ur.), Medicinska naklada. ▪ American College of Sports Medicine, Academy of Nutrition and Dietetics, Dietitians of Canada - Joint Position Statement (2016) Nutrition and Athletic Performance. Med Sci Sports Exerc 48: 543-568. ▪ Šatalić Z. (2016) Sports Nutrition. In: Caballero, B., Finglas, P., and Toldrá, F. (eds.) The Encyclopedia of Food and Health vol. 5, pp. 118-123. Oxford: Academic Press. ▪ Z. Šatalić (2018) Prehrana osoba uključenih u sportske i sportsko-rekreacijske aktivnosti, U: M. Mišigoj-Duraković i suradnici, Tjelesno vježbanje i zdravlje. Znanje d.o.o. str. 417-456. ▪ Burke L, Deakin V (2015) Clinical Sports Nutrition, 5. izd., McGraw-Hill.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					

IZBORNI SPORTOVI – IV. SEM

Šifra predmeta	IZBORNI SPORTOVI	NOSITELJI	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
89443	Aerobika-ne za studente Fitnesa	prof. dr. sc. Gordana Furjan Mandić	9	18	18	3
117522	Akrobatika	prof. dr. sc. Željko Hraski	9	18	18	3
89445	Atletika	prof. dr. sc. Vesna Babić prof. dr. sc. Ljubomir Antekolović doc. dr. sc. Marijo Baković	9	18	18	3
89446	Badminton	izv. prof. dr. Lidija Petrinović	9	18	18	3
89447	Borilački sportovi	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić	9	18	18	3
89448	Elementarne igre	izv. prof. dr. Maja Horvatin	9	18	18	3
117517	Igre u vodi	izv. prof. dr. sc. Dajana Zoretić	9	18	18	3
150242	Jedrenje u malim klasama	izv. prof. dr. Nikola Prlenda	9	18	18	3
89449	Košarka	prof. dr. sc. Damir Knjaz	9	18	18	3
89450	Nogomet	izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić	9	18	18	3
89451	Odbojka	prof. dr. sc. Nenad Marelić	9	18	18	3
89454	Plivanje	izv. prof. dr. sc. Dajana Zoretić	9	18	18	3
89455	Rukomet	izv. prof. dr. sc. Katarina Ohnjec doc. dr. sc. Igor Gruić	9	18	18	3
89456	Samoobrana	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić	9	18	18	3
89459	Streljaštvo	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić	9	18	18	3
150244	Triatlon	prof. dr. sc. Mario Kasović	9	18	18	3
89461	Vaterpolo	prof. dr. sc.Goran Leko	9	18	18	3

broj izbornih sportova koje upisuju u IV. sem: KPS= 1, SPORT=1, FITNES=1; SP. REKREACIJA=1

IZVEDBENI PLAN I PROGRAM NASTAVE 3. GODINE GODINE PREDIPLOMSKOG STRUČNOG STUDIJA ZA IZOBRAZBU TRENERA

KOORDINATOR 3. – GODINE

izv. prof. dr. sc. Daniel Bok	
kancelarija	
konzultacije	Srijedom u 13:00
e-mail	daniel.bok@kif.hr
telefon	+38513658742

V. SEMESTAR

Šifra predmeta	OBAVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
123614	Menadžment u sportu	izv. prof. dr. sc. Sanela Škorić	30	15	0	5
89422	Osnove statistike i kineziometrije	prof. dr. sc. Dražan Dizdar	30	0	30	6
172201	Sociologija sporta	izv. prof. dr. sc. Sunčica Bartoluci	45	0	0	5
172203	Sportska medicina	prof. dr. sc. Saša Janković	45	0	15	5
172206	Kineziološke aktivnosti za osobe s invaliditetom	izv. prof. dr. sc. Lidija Pertinović izv. prof. dr. sc. Tatjana Trošt Bobić	15	15	0	2
172207	Završni ispit		0	0	0	10
		UKUPNO	**165**	**30**	**45**	**33**
Studijski smjer KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA						
172213	Planiranje i programiranje kondicijske pripreme I.	prof. dr. sc. Igor Jukić izv. prof. dr. sc. Cvita Gregov	15	0	15	2
		UKUPNO	**15**	**0**	**15**	**2**
Studijski smjer FITNES						
172211	Metodika treninga fitnesa III.	izv. prof. dr. sc. Saša Vuk	20	0	20	4
		UKUPNO	**20**	**0**	**20**	
Studijski smjer SPORTSKA REKREACIJA						
89457	Izborni predmet/sport III (zimski sport) - Skijanje	izv. prof. dr. sc. Vjekoslav Cigrovski	12	24	24	3
		UKUPNO	**12**	**36**	**48**	**3**

MENADŽMENT U SPORTU (123614)

nositeljica predmeta		**izv.prof. dr. sc. Sanela Škorić**	
kancelarija		121	
konzultacije		prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		sanela.skoric@kif.hr	
telefon		+38513658721	
vanjski suradnik		prof. dr. sc. Mato Batroluci	
e-mail		mato.bartoluci@kif.hr	
vanjski suradnik		Lucas Šaravanja, mag.cin.	
e-mail		lucas.saravanja@kif.hr	
studijski program	sručni studij	status predmeta	obvezan
semestar	V.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	45 (30P + 15S) *Izvedbeni sati 16P	očekivani broj studenata na predmetu	83
ciljevi predmeta	Cilj je ovog predmeta upoznati studente sa temeljnim spoznajama iz područja menadžmenta kao pretpostavkom za ustrojstvo menadžmenta u sportu. Studenti će steći specifična znanja iz područja zakonodavstva u sportu, organizacije sporta, menadžmenta u sportu, te planiranja i izrade poduzetničkih programa u sportskoj djelatnosti.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Primijeniti znanje i razumijevanje koncepata, principa i teorije iz područja menadžmenta, poduzetništva i marketinga u sportskim organizacijama (profitnim i neprofitnim). Identificirati i analizirati mogućnosti provođenja poslovnih programa u području sporta i sportske rekreacije.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - razumjeti sustav organizacije sportske djelatnosti - spoznati ulogu menadžmenta u sportu i sportskim organizacijama - izraditi i analizirati poduzetničke programe iz područja sporta - spoznati mogućnosti primjene marketinških aktivnosti u sportu i sportskim organizacijama		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**Predavanja i vježbe** 1. Pojam i područja sporta. Bilanca ulaganja i učinaka sporta. Sustav financiranja sporta. (2P) 2. Ekonomski učinci sporta kao osnova za upravljanje razvojem sporta. Valorizacija ekonomskih učinaka sporta. Ekonomski učinci sporta u razvijenim zemljama. (2P) 3. Uvod u menadžment. Povijesni razvoj menadžmenta. Klasična teorija menadžmenta. Definiranje menadžmenta. (2P) 4. Funkcije menadžmenta i menadžera. Inventivni menadžment. (2P+2S) 5. Razvoj menadžmenta u sportu. Definiranje menadžmenta u sportu. Zakonske osnove djelatnosti sporta. (2P+2S) 6. Sustav i organizacija upravljanja u sportu i sportskim organizacijama. Organizacija sporta na svjetskoj i europskoj razini. Međunarodna sportska udruženja. (2P+2S) 7. Menadžeri u sportu. Karakteristike menadžera u sportu. Razine menadžera. Znanja menadžera u sportu. (2P+2S)		

	8. Pojam poduzetništva. Poduzetništvo u suvremenom društvu. Poduzetništvo u sportu. (2P) 9. Odnos menadžmenta i poduzetništva. Mogućnosti poduzetništva u hrvatskom sportu. (2P) 10. Poduzetnički programi u sportu i komplementarnim djelatnostima. Metodološke osnove poduzetničkih programa u sportu i komplementarnim djelatnostima. Menadžment i poduzetnički programi u sportu (u nogometu, košarci, odbojci, rukometu, tenisu, golfu i ostalim sportovima). Menadžment i poduzetnički programi sporta u turizmu. Menadžment i poduzetnički programi u industriji sportskih proizvoda. (2P+2S) 11. Pojam marketinga. Razvoj marketinga. Suvremeni marketing. Definiranje marketinga. Obilježja društvenog marketinga. Pojam upravljanja marketingom. (2P) 12. Pojam marketinga u sportu. Karakteristike sportskog tržišta ponude. Karakteristike sportskog tržišta potražnje. (2P) 13. Elementi marketinškog miksa i njihova primjena u sportu. Planiranje sportskog marketinga. (2P+2S) 14. Sponzorstvo u sportskom marketingu. (2P+2S) 15. Budućnost sportskog poslovanja. Prognoziranje i predviđanje budućnosti. Nadolazeći trendovi i izazovi. (2P) 16. Upoznavanje studenata sa pravilima za izradu seminarskih radova i dodjela tema. (1S)					
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, izrada seminarskog rada					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	0,5	kolokviji	80%	4
	seminarski rad	10%	0,5	pismeni ispit		
				ukupno	**6.5 ECTS**	
Obvezna literatura	Bartoluci, M. i Škorić, S. (2009). Menadžment u sportu. Zagreb: Odjel za izobrazbu trenera, Kineziološki fakultet					
Dopunska literatura	Beech, J., Chadwick, S. (2010). Sportski menadžment (prijevod knjige The Business of Sport Management). Zagreb: MATE					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					

OSNOVE STATISTIKE I KINEZIOMETRIJE (89422)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Dražan Dizdar**	
kancelarija		131	
konzultacije		utorkom od 9.00 do 10.30 sati	
e-mail		drazan.dizdar@kif.hr	
telefon		+38513658731	
suradnik		**doc. dr. sc. Darko Katović**	
kancelarija		132	
konzultacije			
e-mail		darko.katovic@kif.hr	
telefon		+38513658732	
studijski program	sručni studij	status predmeta	obvezan
semestar	V.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	6 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	45 (30P + 15S) *Izvedbeni sati 16P	očekivani broj studenata na predmetu	83
ciljevi predmeta	Usvajanje potrebnih teorijskih i praktičnih znanja o odnovnim statističkim metodama te o konstrukciji, primjeni i evaluaciji mjernih instrumenata u području kineziologije.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Znanja potrebna za: - primjenu statističkih metoda za obradu podataka koje se koriste u sportu, kondicijskoj pripremi sportaša, fitnesu i sportskoj rekreaciji. - primjenu, konstrukciju i validaciju mjernih instrumenata za procjenu kinezioloških fenomena;		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Znanja potrebna za: - odabir i primjenu odgovarajućih statističkih postupaka za opis promatranih pojava (metode deskriptivne statistike); - odabir i primjenu odgovarajućih statističkih postupaka za kondenzaciju i transformaciju podataka; - odabir i primjena odgovarajućih statističkih postupaka za analizu promjena; - primjenu, konstrukciju i validaciju mjernih instrumenata za procjenu kinezioloških fenomena.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (svaka nastavna tema obrađuje se 3P+3V) 1. Pojam i podjela statističkih metoda (statistika, podjela statističkih metoda, osnovni statistički pojmovi, podatak, entitet, populacija i uzorak entiteta, vrste uzoraka entiteta, varijabla, vrste varijabli, populacija i uzorak varijabli, matrica podataka) 2. Osnovni postupci za uređivanje i prikazivanje podataka (grupiranje i grafičko prikazivanje kvalitativnih podataka, grupiranje i grafičko prikazivanje kvantitativnih podataka) 3. Deskriptivni pokazatelji (mjere centralne tendencije – aritmetička sredina, mod, medijan, mjere varijabilnosti – totalni raspon, varijanca, standardna devijacija, koeficijent varijabilnosti, mjere oblika distribucije – skewness i kurtosis, normalna distribucija) 4. Transformacije podataka (rangovi, centili, z-vrijednosti, linearne transformacije podataka) 5. Korelacija		

	6. Deskriptivna analiza promjena 7. Osnovni kineziometrijski pojmovi (mjerenje, objekt mjerenja, predmet mjerenja, mjerni instrument, mjerilac, standardizirani postupak mjerenja, mjerne skale) 8. Konstrukcija mjernih instrumenata (definiranje predmeta mjerenja, odabir odgovarajućeg tipa mjernog, instrumenta, izbor podražajnih situacija, standardizacija mjernog postupka, utvrđivanje metrijskih karakteristika) 9. Metrijske karakteristike (klasični model mjerenja, pouzdanost, objektivnost) 10. Metrijske karakteristike (homogenost, osjetljivost, valjanost)					
Obveze studenata	80% prisutstva nastavi					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	25%	1,5	Usmeni ispit	50%	3
	Pismeni ispit	25%	1,5	ukupno	**6 ECTS**	
Obvezna literatura	1. Viskić-Štalec, N. (2010). Statistika i kineziometrija u sportu. Zagreb: Odjel za izobrazbu trenera Društvenog veleučilišta i Kineziološki fakultet. 2. Pedišić, Ž., Dizdar, D. (2010). Priručnik za kvantitativne metode. Zagreb: Kineziološki fakultet.					
Dopunska literatura	1. Petz, B. (2002). Osnovne statističke metode za nematematičare. Jastrebarsko: Naklada Slap. 2. Dizdar, D. (2006). Kvantitativne metode. Zagreb: Kineziološki fakultet.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					

SOCIOLOGIJA SPORTA (172201)

nositeljica predmeta		**izv. prof. dr. sc. Sunčica Bartoluci**	
kancelarija		141/1	
konzultacije		srijedom od 11:15-12:15 ili putem MS Teamsa	
e-mail		suncica.bartoluci@kif.hr	
telefon		+38513658608	
nastavnik		**prof. dr. sc. Benjamin Perasović**	
kancelarija		141/1	
konzultacije		prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		benjamin.perasovic@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	obvezni
semestar	V. – zimski	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	45 (45P) *Izvedbeni sati 16P	očekivani broj studenata na predmetu	83
ciljevi predmeta	Usvajanje znanja o društvu, sportu kao društvenom fenomenu i odnosu sociologije i kineziologije. Razumijevanje društva, društvenih procesa i institucija iz različitih paradigmatskih perspektiva uz razvijanje vlastitog kritičkog mišljenja i razlikovanja znanstvenog od drugih diskursa svakodnevnog života.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Sociologija sporta omogućuje studentima usvajanje znanja o sportu kao o jednoj od temeljnih društvenih institucija kojom se razvija kritički pogled kako na sport tako i na društvo u cjelini. Isto tako, analizirajući što se nalazi "iza" i "izvan" rezultata, statistike i pojedinog sporta, stječe se uvid u dublje značenje sporta kao dijela društva i kulture u kojoj živimo. Razumijevanje društvenih odnosa i procesa koji utječu na tjelesni odgoj, sport i sportsku rekreaciju te njihov utjecaj na razvoj pojedinca i obrnuto ključan je ishod učenja navedenog programa.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	U oblikovanju ishoda učenja Sociologije sporta, polazeći od jasno utvrđenih zadaća ovog nastavnog predmeta, studenti će moći definirati i analizirati: sport kao društveni i znanstveni fenomen; društvenu ulogu sporta, tjelesnog vježbanja te sportske rekreacije u hrvatskom, ali i širem kontekstu; teorijske doprinose istraživanju sporta kao društvenog fenomena; socijalizacijske uloge sporta, tjelesnog vježbanja i zdravlja te ulogu primarnih (obitelj) i sekundarnih (škola, grupa vršnjaka, sportski klub, religija, mediji) društvenih institucija na sam proces socijalizacije u sport i tjelesno vježbanje; socijalnu stratifikaciju (ekonomsku, rodnu, tjelesnu) kao temeljno određenje sporta; devijaciju i probleme koji su vezani za suvremeni sport (nasilje, navijački izgredi, doping); sport kao sredstvo političkih elita; sport, životni stil i subkulturni identitet; sport u svijetu medija. U okviru ovog nastavnog predmeta će studenti, budući nastavnici i treneri steći neophodna znanja za uspješan rad u klupskom i školskom sportu kao i u sportu osoba s invaliditetom.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**Predavanja (svaka tema se izvodi se 2 nastavna sata):** 1. Sociologija kao opća znanost o društvu Sport kao društveni i znanstveni fenomen 2. Teorijske perspektive u sociologiji sporta (funkcionalističke, konfliktne, interakcionističke) 3. Sociologija sporta u Hrvatskoj i svijetu. Metode istraživanja u sociologiji sporta 4. Društveni razvoj sporta – od igre do suvremenog sporta 5. Socijalizacija i sport: obitelj kao agens socijalizacije		

	6. Sustav obrazovanja kao agens socijalizacije, obrazovanje i sport 7. Religija (svjetske religije, novi religiozni pokreti, sekte),religija i sport 8. Socijalna stratifikacija i sport, ekonomska stratifikacija - sport kao *big-business* 9. Rodna stratifikacija i sport. Feminizam. 10. Devijantnost i sport -nasilje u sportu 11. Politika i sport, nacionalni identitet i sport 12. Sociološke teorije navijačkog ponašanja 13. Sociologija i nogometni huliganizam 14. Sport i mediji **15.** Budućnost sporta. Globalizacija i sport.					
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	0.5	Usmeni ispit	30%	1,5
	Pismeni ispit	60%	3	ukupno	**5 ECTS**	
obvezna literatura	Žugić, Z. (2000). Sociologija sporta. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu. Fanuko, N. (2008). Sociologija. Zagreb: Profil.					
dopunska literatura	1. Coakley, J. J.(2020). Sports in society: issues and controversies.13th edition: McGraw-Hill. 2. Coakley, J. & Dunning, E. (Ur.) (2004). Handbook of sports studies.London, Thousand Oaks, New Delhi: SAGE Publications. 3. Giulianotti, R. (Ur.) (2015). Routledge Handbook of the Sociology of Sport. Routledge. 4. Vrcan, S. (2003). Nogomet,politika,nasilje. Zagreb: Jesenski i Turk. 5. Wenner, L. (Ur.) (2022). The Oxford Handbook of Sport and Society. Oxford University Press.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					

SPORTSKA MEDICINA (172203)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Saša Janković**	
kancelarija		186	
konzultacije		utorkom od 11:00-12:00	
e-mail		sasa.jankovic@kif.hr	
telefon		+38513658610	
Nastavnik		**doc. dr. sc. Goran Vrgoč**	
kancelarija			
konzultacije			
e-mail		goran.vrgoc@kif.hr	
Vanjski suradnik		Ante Jakelić, dr. med.	
e-mail		antejakelic@gmail.com	
Vanjski suradnik		Filip Vuletić, dr. med.	
e-mail		philip.vuletic@gmail.com	
Vanjski suradnik		Stjepan Bulat, dr. med.	
e-mail			
studijski program	Prdiplomski stručni studij	status predmeta	obvezni
semestar	V.	godina studija	3.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	60 (45P + 15V)	očekivani broj studenata na predmetu	83
ciljevi predmeta	Osposobljenost za pružanje prve pomoći prema medicinskim postulatima. Stjecanje znanja u prevenciji sportskih ozljeda i kako tu prevenciju provoditi u praktičnom radu. Sudjelovanje u liječenju i provođenju procesa rehabilitacije ozljeđenih sportaša. Kontrola prehrane sportaša te sastavljanje jelovnika sportaša i rekreativaca.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Sportska medicina omogućuje studentima znanja o: - značaju i svrsi zdravstvene kontrole sportaša, - patologiji sportskih napora, - higijeni sporta.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- definiranje položaje te razvoj sportske medicine na lokalnoj, regionalnoj i globalnoj razini; - značaj sportske medicine u trenažnom procesu i natjecanju; - sposobnost zbrinjavanja lakših ozljeda na nastavi tjelesne i zdravstvene kulture; - poznavanje osnovnih postulata pružanja prve pomoći; - poznavanje svrhe i značaja preventivnih pregleda za osobe koje se bave sportom; - spoznaje o kontraindikacijama za sportsku aktivnost; - spoznaje o štetnosti dopinga; - poznavanje specifičnosti prehrane sportaša.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja (svaka tema se obrađuje 2 nastavna sata) 1. Povijest sportske medicine 2. Zadaće sportskog liječnika 3. Zdravstvena kontrola: svrha i značaj preventivnih pregleda		

	4. Izvođenje pregleda 5. Kontraindikacije za sportsku aktivnost 6. Sportsko srce 7. Određivanje sposobnosti 8. Osobitosti pregleda pojedinih grupacija sporta: ronilačke aktivnosti, zračno jedrenje, boks 9. Patologija sportskih napora: sportske ozljede i oštećenja 10. Sistematika sportskih ozljeda 11. Ozljede kože i potkožnoga tkiva 12. Ozljede mišića 13. Ozljede i tetiva 14. Ozljede zglobova 15. Ozljede kostiju i pokosnice 16. Ozljede glave, ozljede prsnoga koša, ozljeda trbuha, ozljede urogenitalnih organa 17. Ortostatski kolaps. Oštećenja toplinskim i ostalim zračenjima. 18. Pretreniranost 19. Doping 20. Specifične ozljede i oštećenja po sportovima 21. Prevencija ozljeđivanja. Rehabilitacija. 22. Specifičnosti prehrane sportaša 23. Energetske potrebe. Osobitosti prehrane dugoprugaša. Vježbe (svaka tema se obrađuje 2 nastavna sata, osim teme pod rednim brojem 7 koja se obrađuje 3 nastavna sata) 1. Rane i komplikacije rana 2. Zbrinjavanje rana 3. Prijelomi kostiju 4. Prva pomoć i imobilizacija prijeloma kostiju 5. Uvod u masažu 6. Zahvati masaže 7. Reanimacija					
Obveze studenata						
Praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	5%	0.5	Kolokvij	30%	1
	Praktični rad	5%	0.5	Usmeni ispit	60%	3
				ukupno	**5 ECTS**	
Obvezna literatura	1.Medved, R. i sur. (1987). Sportska medicina, Zagreb: JUMENA. 2.Pećina, M. i sur. (2019.) Sportska medicina: odabrana poglavlja. Zagreb: Medicinska naklada. (ISBN: 978-953-176-898-6)					
Dopunska literatura	1. Pećina, M. (1992). Sindromi prenaprezanja. Zagreb: Globus. 2. Kibler, B. W. (1990). The sport preparticipation fitness examination. Champaign, Illinois: Human Kinetics. 3. Omerović, Đ. (2023). Sportska medicina: odabrana poglavlja. Sarajevo: Klinički centar Univerziteta u Sarajevu					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					

KINEZIOLOŠKE AKTIVNOSTI ZA OSOBE S INVALIDITETOM (172206)

nositeljica predmeta		**izv. prof. dr. sc. Lidija Petrinović**	
kancelarija		202	
konzultacije		srijedom 10:00-12:00 sati	
e-mail		lidija.petrinovic@kif.hr	
telefon		+38513658609	
nastavnica		**izv. prof. dr. sc. Tatjana Trošt Bobić**	
kancelarija		202	
konzultacije		četvrtkom od 11:00-12:00 ili prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		tatjana.trost-bobic@kif.hr	
telefon		+38513658659	
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	izborni
semestar	V.	godina studija	3
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica + dvorana		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15V *Izvedbeni sati: 15P	očekivani broj studenata na predmetu	83
ciljevi predmeta	Usvajanje znanja iz područja invaliditeta te primjena tih spoznaja u prostoru sporta osoba s invaliditetom. Značaj redovne tjelesne aktivnosti za osobe s različitim kategorijama invaliditeta. Postupci u poučavanju i primjeni različitih vrsta tjelesne aktivnosti za osobe s različitim kategorijama invaliditeta.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Razumijevanje složenosti i specifičnosti rada s osobama s invaliditetom. Stečena specifična znanja za planiranje, organizaciju i provedbu sportskih aktivnosti za osobe s invaliditetom.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti koji polože izborni predmet kompetentni su za izvođenje kineziioloških aktivnosti osoba s invaliditetom.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja 1. Definicija četiri osnovne kategorija invaliditeta (2P) 2. Sportska natjecanja i specifičnosti istih u odnosu na kategoriju invaliditeta (2P) 3. Rehabilitacijski sport i važnost tjelesnog vježbanja za osobe s invaliditetom (2P) 4. Karakteristike sportskih invalidskih kolica i sportskih proteza (2P) 5. Opis sportova i specifičnosti klasifikacijskih sistema na Paraolimpijskim igrama (2P) 6. Opis sportova i specifičnosti klasifikacijskih sistema na Specijalnoj olimpijadi (1P) 7. Opis sportova i prilagodbe na Olimpijadi gluhih(1P) 8. Sportsko rekreacijski programi za osobe s invaliditetom (2P) 9. Mogućnosti uključivanja osoba s invaliditetom u redovite programe sportske rekreacije (1P) Seminari 1. Praktični prikaz i metodičke osnove rada u košarci u invalidskim kolicima (2S) 2. Praktični prikaz i metodičke osnove rada u sjedećoj odbojci (2S) 3. Praktični prikaz i metodičke osnove rada u goalballu (2S) 4. Praktični prikaz i metodičke osnove rada u tenisu u invalidskim kolicima (2S) 5. Praktični prikaz radiogoniometrije za slijepe osobe (2S) 6. Praktični prikaz izbora sportova na Specijalnoj olimpijadi (2S)		

	7. Praktični prikaz izbora sportova za osobe s neuromuskularnim bolestima (1S) 8. Praktični prikaz i metodičke osnove rada u boćanju za osobe sa cerebralnom paralizom (1S) 9. Praktični prikaz i metodičke osnove rada u plivanju (1S)				
obveze studenata	Aktivno sudjelovanje na seminarima.				
praćenje rada studenata	usmeni ispit	100%	2	ukupno	**2 ECTS**
obvezna literatura	1. Ciliga D., Petrinović, L. (1996). Sportaši s invalidnošću i fitness. u: Milanović, D. (ur.), „Fitness“, Međunarodno savjetovanje o fitnessu, Zagrebački sajam športa, Zagreb: FFK, ZV, ZŠS, IV25-IV25. 2. Ciliga, D., Petrinović, L. (1999). Sport osoba s invaliditetom. Medix (23).				
dopunska literatura	- Ciliga, D. (1993). Organizacija športa i rekreacije za invalidne osobe u Hrvatskoj. u: Zbornik radova Central-East European conference, Siofok. - Ciliga, D. (1993). Šport kao preduvjet povećane i produljene mobilnosti invalidnih osoba. u: Zbornik radova Konferencije o športu Alpe-Jadran Rovinj, Findak, V. (ur.), Zagreb: HOO, 278-280. - Ciliga, D., Omrčen, D., Petrinović, L. (1996). Uporaba trenažera u rehabilitaciji osoba s ozljedom kralježnice. Fizikalna medicina i rehabilitacija 13 (S1). - Ciliga, D., Volčanšek, B. (1994). Model kineziološke aktivnosti kod osoba s povredom leđne moždine. u: Zbornik radova 9. alpsko-jadranskog simpozija za međunarodnu suradnju u rehabilitaciji, Luzern. - Ciliga, D. (1998). Preduvjeti u uključivanju osoba s invalidnošću u višu razinu sportskih natjecanja. Sport za sve 16 (14), 12-13. - Petrinović, L. (2014). Sport osoba s invaliditetom. U: V. Findak (Ur.) Zbornik radova 23. ljetne škole kineziologa RH, Poreč, 24-28 lipnja 2014. str. 47-56. - Trošt Bobić, T. , Ciliga, D., Petrinović Zekan, L. (2009). Radiogoniometrija kao rekreacijska aktivnost za slijepe osobe. U M. Andrijašević (ur.), Zbornik radova međunarodne znanstveno-stručne konferencije „Upravljanje slobodnim vremenom sadržajima sporta i sportske rekreacije“, Zagreb, 2009. (str. 345-351). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. - Ciliga, D. , Trošt Bobić, T., Petrinović Zekan, L. (2009). Sport osoba s invaliditetom. U F. Gracin, B. Klobučar - (ur.), Zbornik radova 8.konferencije o sportu Alpe-Jadran, Opatija, 2009. (str. 230-238). Zagreb: Ministarstvo znanosti, obrazovanja i športa Republike Hrvatske. - Petrinović Zekan, L., Ciliga, D. (2008). Sportske aktivnosti za osobe s oštećenjem vida. U M. Andrijašević (ur.), Zbornik radova Međunarodnome znanstveno-stručne konferencije „Kineziološka rekreacija i kvaliteta života“, Zagreb, 2005. (str. 351-362). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. - Ciliga, D., Petrinović Zekan, L., Trošt, T. (2007). Boćanje kao rekreativna aktivnost za osobe s cerebralnom paralizom. U M. Andrijašević (ur.), Zbornik radova konferencije „Sport za sve u funkciji unapređenja kvalitete života“, Zagreb, 2007. (105-112). Zagreb: Kineziološki fakultet.				
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.				

ZAVRŠNI ISPIT (172207)

SPECIJALISTIČKI PREDMET studijskog smjera KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA – PLANIRANJE I PROGRAMIRANJE KONDICIJSKE PRIPREME I. (172213)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Igor Jukić**	
Kancelarija		124	
Konzultacije			
e-mail		igor.jukic@kif.hr	
Telefon		+38513658724	
nositeljica predmeta		**izv. prof. dr. sc. Cvita Gregov**	
Kancelarija		20	
Konzultacije		po dogovoru e-poštom	
e-mail		cvita.gregov@kif.hr	
Telefon			
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	V.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	Veliki amfiteatar		
način izvođenja nastave	30(15P + 15V)	očekivani broj studenata na predmetu	40
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje znanja o planiranju i programiranju kondicijske pripreme u različitim ciklusnim strukturama kondicijske pripreme.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju: - Oblikovati planove i periodizaciju kondicijske pripreme za različite sportske aktivnosti u različitim ciklusnim strukturama kondicijske pripreme.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: • Oblikovati planove kondicijske pripreme za različite sportske aktivnosti u dugoročnom razdoblju (karijera i dvoolimpiski ciklus) • Oblikovati planove kondicijske pripreme za različite sportske aktivnosti u srednjeročnom razdoblju (olimpijski ciklus i dvogodišnji ciklus) • Oblikovati planove kondicijske pripreme za različite sportske aktivnosti u kratkoročnom razdoblju (godišnji ciklus treninga) • Integrirati kondicijsku pripremu u globalni sustav sportske pripreme u različitim ciklusnim strukturama		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 30 (15P+15V) 1. Osnove planiranja kondicijskog treninga sportaša (2P+2V) 2. Periodizacija kondicijske pripreme sportaša (4P+2V) 3. Osnove programiranja kondicijske pripreme sportaša (3P+2V) 4. Dugoročno planiranje i programiranje kondicijske pripreme sportaša (2P+2V) 5. Srednjeročno planiranje i programiranje kondicijske pripreme sportaša (2P+2V) 6. Kratkoročno planiranje i programiranje kondicijske pripreme sportaša (2P+2V)		
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, pisanje seminara i polaganje ispita		

	Seminarski rad	30%	1	pismeni ispit	70%	1
				ukupno	**2.0 ECTS**	
Obvezna literatura	1. Milanović, D., Jukić, I. (ur.) (2003). Kondicijska priprema sportaša. Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, Zagreb 21-22.02.2003. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Zagrebački sportski savez 2. Jukić, I., Šalaj, S., Gregov, C. (ur.) (2003-2011). Kondicijski trening. Stručni časopis za teoriju i metodiku kondicijske pripreme. Kineziološki fakultet, Zagreb. 3. Bompa, T. O. (2000). Periodization. Theory and Methodology of Training. Champaign, Ill: Human Kinetics.					
Dopunska literatura	1. Beachle, T.R. i R.W. Earle (2000). Essentials of Strength and Conditioning. (2nd ed.). Champaign, Ill:Human Kinetics. 2. Bompa, T. (2005). Cjelokupan trening za mlade pobjednike, Gopal, Zagreb. 3. Bompa, T.O., Carrera, M. (2005). Periodization Training for Sports. Champaign, IL: Human Kinetics. 4. Jukić, I., Milanović, D. (ur.) (2004-2011). Kondicijska priprema sportaša, Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, Zagreb, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački sportski savez i Udruga kondicijskih trenera Hrvatske 5. Mujika, I. (2009). Tapering and Peaking for Optimal Performance. Champaign, IL: Human Kinetics					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa					

SPECIJALISTIČKI PREDMET studijskog smjera FITNES – METODIKA TRENINGA FITNESA III (172211)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Saša Vuk**	
kancelarija		40/3	
konzultacije		prema dogovoru mailom ili osobno na fakultetu	
e-mail		sasa.vuk@kif.hr	
telefon		+38513658603	
nastavnik		**dr. sc. Asim Bradić, prof. v. š.**	
kancelarija		40/5	
konzultacije		prema dogovoru putem e-maila ili osobno na fakultetu	
e-mail		asim.bradic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658605	
studijski program	Preddiplomski stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	V.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	4 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica (V) dvorana H		
način izvođenja nastave	40 (20P + 20V)	očekivani broj studenata na predmetu	19
ciljevi predmeta	Predstaviti temeljnu podjelu sadržaja i metoda rada u području srčano-dišnog treninga, treninga fleksibilnosti te treninga ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova; Usvajanje i usavršavanje osnovne i naprednih tehnika izvedbe vježbi na kardio-trenažerima te vježbi ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova; Usvajanje i usavršavanje metodičkih postupaka poučavanja i vježbanja u srčano-dišnom treningu i treningu ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova; Usvajanje osnovnih sigurnosnih principa u srčano-dišnom treningu i treningu ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova; Usvajanje i usavršavanje osnovnih i izvedenih organizacijskih oblika rada u srčano-dišnom treningu i treningu ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova..		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	• Sposobnost neovisnog kritičkog promišljanja i rješavanja praktičnih kineziioloških problema; • Sposobnost poučavanja osoba različite dobi, spola, razine tjelesne aktivnosti i vještine općim motoričkim znanjima; • Sposobnost planiranja, programiranja i provođenja transformacijskih procesa u područjima primijenjene kineziologije; • Sposobnost promoviranja tjelesnog vježbanja u funkciji unaprijeđenja i očuvanja zdravlja osoba različite dobi, spola i razine tjelesne aktivnosti.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušanog i položenog predmeta studenti će moći: - znati učinkovito i sigurno poučavati zdrave osobe različite dobi, spola i razine tjelesne aktivnosti osnovnoj i naprednim tehnikama izvedbe vježbi na kardio-trenažerima, vježbama istezanja i vježbi ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova; - znati odabirati optimalne sadržaje i metode vježbanja u treningu fitnesa zdravih osoba s ciljem razvoja/održavanja srčano-dišne i metaboličke sastavnice fitnesa te regulacije tjelesne težine i sastava tijela; - razumjeti i znati uspješno primjenjivati temeljne principe sigurnosti u srčano-dišnom treningu, treningu fleksibilnosti i treningu ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova;		

	- razumjeti specifičnost odabira sadržaja i metoda rada u srčano-dišnom treningu, treningu fleksibilnosti i treningu ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova s obzirom na tjelesno držanje i tjelesnu građu zdravih osoba.					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Povijesni pregled, definicije i struktura srčano-dišne izdržljivosti (4P) 2. Principi i metode srčano-dišnog treninga (4P + 4V) 3. Kardio-trenažeri: pokretni sag (4P + 6V) 4. Kardio-trenažeri: veslački ergometar (4P + 4V) 5. Kardio-trenažeri: bicikl-ergometar (4P + 6V)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave; aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu; polaganje kolokvija i ispita.					
praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	10%	1	praktični rad	30%	1
	kolokviji	30%	1	pismeni ispit	30%	1
				ukupno	**4 ECTS**	
obvezna literatura	1. Šentija, D., Maršić, T., Dizdar, D. (2008). Osnove treninga izdržljivosti i brzine u sportu. TVZ, Zagreb 2. Sekulić, D., Metikoš, D. (2007). Osnove transformacijskih postupaka u kineziologiji. Fakultet prirodoslovno-matematičkih znanosti, Split.					
dopunska literatura	1. Marković, G., Bradić, A. (2008). Nogomet – integralni kondicijski trening. TVZ, Zagreb. 2. Howley, E., Franks, B.D. (2007). Fitness Professional's Handbook, Champaign, IL., USA.					
način praćenja kvalitete	Redovito praćenje aktivnosti studenata na predavanjima, seminarskoj nastavi i vježbama te kontinuirano provođenje testiranja kroz semestar (kolokviji). Krajem semestra bit će napravljena evaluacija predmeta i nastavnika koji rade nam predmetu. Evaluacija nastavnika pomoći će i za unapređenje njihovog rada. Sveučilišna studentska anketa..					

IZBORNI PREDMET/SPORT studijskog smjera SPORTSKA REKREACIJA – SKIJANJE

nositelj predmeta		**izv.prof.dr.sc. Vjekoslav Cigrovski**	
kancelarija		101/2	
konzultacije		utorkom od 10.00 do 11.00 sati i prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		vjekoslav.cigrovski@kif.hr	
telefon		+38513658702	
nastavnik		**prof. dr. sc. Bojan Matković**	
kancelarija		153	
konzultacije		utorkom od 17:30 do 19:00 sati	
e-mail		bojan.matkovic@kif.hr	
telefon		+38513658753	
studijski program	PSS	status predmeta	IZBORNI
Semestar	V.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	3 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	60 (38P+22V) Izvedbeni sati: 20P*	očekivani broj studenata na predmetu	6
ciljevi predmeta	Tijekom nastave iz predmeta Skijanje studenti dobivaju osnovne teorijske, teorijsko-praktične te praktične informacije o skijanju kao kineziološkoj aktivnosti. Nastava se provodi u prostorima Kineziološkog fakultetu te u obliku terenske nastave u adekvatnom skijaškom centru. Dva su osnovna zadatka, cilja ovoga predmeta i oni kao takvi produkt su izrazite specifičnosti ovog kolegija: upoznavanje i usvajanje elemenata skijaških tehnika od strane studenata na nivou motoričke manifestacije, demonstracije, upoznavanje i usvajanje svih onih znanja - metodičkih sadržaja poduke skijaških znanja, poznavanje načina ponašanja u tzv. skijaškim uvjetima...		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći znanja iz osnovnih elemenata tehnike alpskoga skijanja, metodičkih postupaka u procesu usvajanja tih elemenata te će stečena znanja moći prenositi drugima ili ih primijeniti u situacijskim uvjetima, na skijaškom terenu. Studenti će nakon uspješno položenog ispita biti osposobljeni za poučavanje elemenata skijaških tehnika kao i za organizaciju i provedbu zimovanja..		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će biti u stanju: - poučavati osnove alpskoga skijanja - prepoznati i razlikovati elemente skijaških tehnika - primijeniti metode poučavanja alpskoga skijanja - analizirati i prepoznati kriterije za evaluaciju usvojenosti tehnike alpskoga skijanja - izraditi osnove plana i programa zimovanja - organizirati zimovanje - animirati ljude za skijanje kao oblik rekreacijske tjelesne aktivnosti - analizirati i prepoznati kriterije za evaluaciju uspješnosti provedbe programa zimovanja		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**Teorijska predavanja** : 1. Povijesni razvoj skijanja (skijaška literatura) (2 P) 2. Skijaška oprema (2 P) 3. Skijaške tehnike (plužna, paralelna, carving, prijestupna) (2 P) 4. Bazična skijaška gibanja i analiza zavoja (2 P) 5. Metodički postupci učenja alpskoga skijanja (2 P) 6. Skijanje kao natjecateljski sport- alpsko i nordijsko skijanje (pravila i organizacija natjecanja) (2 P)		

	7. Opasnosti u planini (2 P) 8. Skijanje kao sadržaj organiziranih zimovanja (2 P) **Teorijsko praktična predavanja**: 1. Kineziološka analiza klizačkog koraka (2 TPP) 2. Kineziološka analiza spusta ravno (2 TPP) 3. Kineziološka analiza pluženja ravno- (2 TPP) 4. Kineziološka analiza spusta koso (2 TPP) 5. Kineziološka analiza zavoja k brijegu (2 TPP) 6. Kineziološka analiza plužnog zavoja (2 TPP) 7. Kineziološka analiza plužnog luka (2 TPP) 8. Kineziološka analiza osnovnog zavoja (2 TPP) 9. Kineziološka analiza paralelnog zavoj od brijega (2TPP) 10. Kineziološka analiza osnovnog vijuganja (2TPP) 11. Kineziološka analiza brzog vijuganja (2 TPP) **Vježbe**: 1. Metodički postupci učenja klizačkog koraka (2 V) 2. Metodički postupci učenja spusta ravno (2 V) 3. Metodički postupci učenja pluženja ravno (2 V) 4. Metodički postupci učenja spusta koso (2 V) 5. Metodički postupci učenja zavoja k brijegu (2 V) 6. Metodički postupci učenja plužnog zavoja (2 V) 7. Metodički postupci učenja plužnog luka (2 V) 8. Metodički postupci učenja osnovnog zavoja (2 V) 9. Metodički postupci učenja paralelnog zavoj od brijega (2 V) 10. Metodički postupci učenja osnovnog vijuganja (2 V) 11. Metodički postupci učenja brzog vijuganja (2 V)
obveze studenata	Pohađanje svih vrsta nastave.

praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	33,3%	1	Usmeni ispit	33,4%	1
	pismeni ispit	33,3%	1			
				ukupno	**3 ECTS**	

obvezna literatura	Matković B, Ferenčak S, Žvan M. (2004). Skijajmo zajedno. Zagreb: Europapress holding i FERBOS inženjering. Cvetnić, R. (2004). 110 godina skijanja u Zagrebu i Hrvatskoj, od prve skijaške udruge do danas. Zagreb: Pop & pop i Zagrebački skijaški savez. Jajčević, Z. (1994). 100 godina skijanja u Zagrebu 1894-1994. Zagreb: Zagrebački skijaški savez.
dopunska literatura	1. Lešnik, B., Žvan, M. (2007). Naše smučine, teorija in metodika alpskega smučanja. Ljubljana: SZS-ZUTS. 2. Matković, B., Ferenčak, S. (1996). Skijajte s nama, Zagreb: FERBOS inženjering. 3. Lanc, V., Gošnik-Oreb, J., Oreb,. G., Matković, B. (1988). Naučimo skijati, Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu. 4. Cigrovski, V., Matković, B., Prlenda, N. (2009). Povezanost ravnoteže s procesom usvajanja skijaških znanja. Hrvatski športskomedicinski vjesnik, 24(1), 25-29. 5. Cigrovski, V., Matković, B., Malec, L. (2009). Skijaško trčanje kao jedan od sadržaja sporta i rekreacije u zimsko vrijeme. U: Zbornik radova Upravljanje slobodnim vremenom sadržajima sporta i rekreacije, Zagreb 22.02.2009. str. 267-271. 6. Cigrovski, V., Matković, B., Ivanec, D. (2008). Uloga psiholoških čimbenika u procesu stjecanja skijaških znanja. Hrvatski športskomedicinski vjesnik, 23(1), 45-50. 7. Cigrovski, V., Matković, B. (2008). Značaj primjene plužne skijaške tehnike u procesu učenja skijaških početnika. U: Zbornik radova 17. ljetna škola kineziologa Hrvatske, Poreč, 24-28.06.2008. str. 487-491. 8. Cigrovski, V., Matković, B. (2003). Specifična kondicijska priprema skijaša. U: Zbornik radova Kondicijska priprema sportaša, Zagreb, 21- 22.02.2003. str. 518-520.
način praćenja	Anketni upitnik za studente o uspješnosti i kvaliteti predavanja i vježbi.

IZBORNI PREDMET/SPORT studijskog smjera SPORTSKA REKREACIJA – SKIJAŠKO TRČANJE

Nositelj predmeta		**izv.prof.dr.sc. Vjekoslav Cigrovski**		
kancelarija		101/2		
konzultacije		utorkom od 10.00 do 11.00 sati i prema dogovoru putem e-maila		
e-mail		vjekoslav.cigrovski@kif.hr		
telefon		+38513658702		
studijski program	PSS	status predmeta	IZBORNI	
Semestar	V.	godina studija	III.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	3 ECTS	
mjesto izvođenja				
način izvođenja nastave	45 (29P+16V) Izvedbeni sati: 20P**	očekivani broj studenata na predmetu	6	
ciljevi predmeta	Tijekom nastave iz Izbornog sporta Skijaško trčanje studenti dobivaju osnovne teorijske, teorijsko-praktične te praktične informacije o skijaškom trčanju kao kineziološkoj aktivnosti. Nastava se provodi u prostorima Kineziološkog fakulteta te u obliku terenske nastave u adekvatnom zimsko turističkom centru. Dva su osnovna zadatka, cilja ovoga predmeta i oni kao takvi produkt su izrazite specifičnosti ovog kolegija: upoznavanje i usvajanje elemenata klasične i slobodne („skating“) tehnike od strane studenata na nivou motoričke manifestacije, demonstracije, upoznavanje i usvajanje svih onih znanja - metodičkih sadržaja poučavanja skijaškog trčanja, poznavanje načina ponašanja u tzv. specifičnim uvjetima tijekom kretanja na skijama na snijegu.			
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći znanja iz osnovnih elemenata klasične i slobodne („skateing“) tehnike skijaškog trčanja, metodičkih postupaka u procesu usvajanja tih elemenata te će stečena znanja moći prenositi drugima ili ih primijeniti u situacijskim uvjetima, na stazama za skijaško trčanje. Studenti će nakon uspješno položenog ispita biti osposobljeni za poučavanje osnovnih elemenata skijaškog trčanja kao i za njihovu organizaciju i provedbu.			
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će biti u stanju: - poučavati osnove skijaškog trčanja - prepoznati i razlikovati elemente klasične i slobodne skijaške tehnike - primijeniti metode poučavanja skijaškog trčanja - analizirati i prepoznati kriterije za evaluaciju usvojenosti tehnike skijaškog trčanja - integrirati osnove skijaškog trčanja u plan i programa zimovanja - animirati ljude za skijaško trčanja kao oblik rekreacijske tjelesne aktivnosti - analizirati i prepoznati kriterije za evaluaciju uspješnosti provedbe programa zimovanja			
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**Teorijska predavanja**: 1. Uvodno predavanje o predmetu skijaško trčanje (povijesni razvoj skijaškog trčanja te skijaška literatura) (2 P) 2. Oprema za skijaško trčanje (2 P) 3. Klasična tehnika skijaškog trčanja (2 P) 4. Slobodna tehnika skijaškog trčanja (2 P) 5. Metodički postupci učenja skijaškog trčanja (2 P) 6. Skijaško trčanje kao sadržaj organiziranih zimovanja (2 P) 7. Skijaško trčanje kao natjecateljski sport (pravila i organizacija natjecanja) (1 P) **Teorijsko praktična predavanja**: 1. Kineziološka analiza suručnog odguravanje (2 TPP) 2. Kineziološka analiza suručnog odguravanje s međukorakom (2 TPP) 3. Kineziološka analiza dijagonalnog koraka (2 TPP) 4. Kineziološka analiza tehnika penjanja uzbrdo (2 TPP)			

	5. Kineziološka analiza spusta pluženjem (2 TPP) 6. Kineziološka analiza tehnika spusta ravno (2 TPP) 7. Kineziološka analiza simetričnog 2/1 korak (2 TPP) 8. Kineziološka analiza 1/1 korak (2 TPP) **Vježbe**: 1. Metodički postupci učenja suručnog odguravanje (2 V) 2. Metodički postupci učenja suručnog odguravanje s međukorakom (2 V) 3. Metodički postupci učenja dijagonalnog koraka (2 V) 4. Metodički postupci učenja tehnika penjanja uzbrdo (2 V) 5. Metodički postupci učenja spusta pluženjem (2 V) 6. Metodički postupci učenja tehnika spusta ravno (2 V) 7. Metodički postupci učenja simetričnog 2/1 korak (2 V) 8. Metodički postupci učenja 1/1 korak (2 V)
obveze studenata	Pohađanje svih vrsta nastave.

praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	33,3%	1	Usmeni ispit	16,7%	1
	pismeni ispit	33,3%	1			
				ukupno	**3 ECTS**	

obvezna literatura	Cvetnić, R. (2004). 110 godina skijanja u Zagrebu i Hrvatskoj, od prve skijaške udruge do danas. Zagreb: Pop & pop i Zagrebački skijaški savez. Guček, A., Videmšek, D. (2003). Smučanje danas. Ljubljana: ZUTS 0 Jošt, B., Pustovrh, J. (1994). Nordijsko smučanje. Ljubljana: Fakulteta za šport. 0 Jajčević, Z. (1994). 100 godina skijanja u Zagrebu 1894-1994. Zagreb: Zagrebački skijaški savez.
dopunska literatura	1. Cigrovski, V., Matković, B., Malec, L., Mlinarić, G. (2011). Trening koordinacije, važne motoričke sposobnosti za skijaše trkače. U: Zbornik radova Kondicijska priprema sportaša, Zagreb, 25. i 26.02.2011. str. 404-407. 2. Cigrovski, V., Matković, B., Malec, L. (2009). Skijaško trčanje kao jedan od sadržaja sporta i rekreacije u zimsko vrijeme. U: Zbornik radova Upravljanje slobodnim vremenom sadržajima sporta i rekreacije, Zagreb 22.02.2009. str. 267-271. 3. Cigrovski, V., Matković, B., Malec, L., Mlinarić, G. (2009). Igra kao način poučavanja skijaškog trčanja. U: Zbornik radova 18. ljetna škola kineziologa Hrvatske, Poreč, 23-27.06.2009. str. 389-395 4. Cigrovski, V., Matković, B., Matković, R.B. (2008). Skijaško trčanje kao rekreacijska aktivnost mladih na zimovanju. Hrvatski športskomedicinski vjesnik, 23(2), 88-92.
način praćenja kvalitete	Anketni upitnik za studente o uspješnosti i kvaliteti predavanja i vježbi.

V. SEMESTAR

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Studijski smjer SPORT						
	Programiranje treninga u izabranom sportu		60	30	0	9
	Kontrola treniranosti u izabranom sportu		30	15	0	5
	Stručno-trenerska praksa izabranog sporta III.		0	0	90	5
		UKUPNO	**90**	**45**	**90**	**19**
Studijski smjer KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA						
172663	Metodika kondicijske pripreme IV.	izv. prof. dr. sc. Luka Milanović	30	0	30	6
172664	Planiranje i programiranje kondicijske pripreme II.	prof. dr. sc. Igor Jukić izv. prof. dr. sc. Cvita Gregov	38	0	37	9
172665	Stručno-trenerska praksa u KPS-u III.	izv. prof. dr. sc. Luka Milanović	0	0	90	5
		UKUPNO	**68**	**0**	**157**	**20**
Studijski smjer FITNES						
172575	Metodika treninga fitnesa IV.	izv. prof. dr. sc. Saša Vuk	40	0	40	9
172576	Programiranje treninga fitnesa II.	izv. prof. dr. sc. Josipa Nakić	30	15	0	4
172577	Grupni fitnes programi IV.	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić	20	0	15	3
172578	Stručno-trenerska praksa u fitnesu III.	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić izv. prof. dr. sc. Saša Vuk	0	0	90	5
		UKUPNO	**90**	**15**	**145**	**21**
Studijski smjer SPORTSKA REKREACIJA						
172705	Metodika sportske rekreacije u slobodno vrijeme II.	izv. prof. dr. sc. Danijel Jurakić	30	15	30	8
172706	Programi sportske rekreacije u prevenciji stresa	izv. prof. dr. sc. Danijel Jurakić	30	15	0	5
172707	Stručno-trenerska praksa u sportskoj rekreaciji III.	izv. prof. dr. sc. Danijel Jurakić	0	0	90	5
		UKUPNO	**60**	**30**	**120**	**18**

Šifra predmeta	IZBORNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Studijski smjer SPORT						
	Izborni predmet IV		15	15	0	2
	Izborni predmet/sport III		9	18	18	3
	Izborni predmet/sport IV		9	18	18	3
		UKUPNO	**31**	**51**	**36**	**8**
Studijski smjer KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA						
	Izborni predmet IV		15	15	0	2

	Izborni predmet/sport IV		9	18	18	3
		UKUPNO	**24**	**33**	**18**	**5**
Studijski smjer FITNES						
	Izborni predmet/sport IV		9	18	18	3
		UKUPNO	**9**	**18**	**18**	**3**
Studijski smjer SPORTSKA REKREACIJA						
	Izborni predmet/sport IV		9	18	18	3
	Izborni predmet/sport V		9	18	18	3
		UKUPNO	**18**	**36**	**36**	**6**

SMJER – KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA – VI. SEM

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Studijski smjer KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA						
172663	Metodika kondicijske pripreme IV.	izv. prof. dr. sc. Luka Milanović	30	0	30	6
172664	Planiranje i programiranje kondicijske pripreme II.	prof. dr. sc. Igor Jukić izv. prof. dr. sc. Cvita Gregov	38	0	37	9
172665	Stručno-trenerska praksa u KPS-u III.	izv.prof. sc. Luka Milanović	0	0	90	5
		UKUPNO	**68**	**0**	**157**	**20**

METODIKA KONDICIJSKE PRIPREME IV (172663)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Luka Milanović**				
Kancelarija		40/2				
Konzultacije						
e-mail		luka.milanovic@kif.hr				
Telefon						
nastavnik		**prof. dr. sc. Igor Jukić**				
Kancelarija		124				
Konzultacije						
e-mail		igor.jukic@kif.hr				
Telefon		+38513658724				
studijski program	Preddiplomski stručni studij	status predmeta			specijalistički	
Semestar	IV.	godina studija			III.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost			6.0 ECTS	
mjesto izvođenja	Veliki amfiteatar					
način izvođenja nastave	60(30P+30V)	očekivani broj studenata na predmetu			40	
ciljevi predmeta	Ciljevi predmeta jesu omogućiti studentima: - stjecanje motoričkih znanja o sadržajima za razvoj eksplozivne snage te - znanje o oblikovanju metodičkih postupaka za razvoj eksplozivne snage te očuvanje i unapređenje zdravstvenog statusa sportaša.					
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju: □ Oblikovati metodičke postupke za razvoj i održavanje eksplozivne snage sportaša te očuvanje njihova zdravstvenog statusa .					
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Odabrati i primijeniti odgovarajuće sadržaje, metode i opterećenja za razvoj i održavanje eksplozivne snage sportaša te očuvanje njihova zdravstvenog statusa.					
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Tehnika i metodika specifičnih vježbi fleksibilnosti kao preduvjet za izvedbu olimpijskih dizanja utega (2P +2V) 2. Tehnika i metodika specifičnih vježbi ravnoteže, stabilnosti i jakosti bez vanjskog opterećenja kao preduvjet za izvedbu olimpijskih dizanja utega (2P + 2V) 3. Tehnika i metodika primjene specifičnih vježbi jakosti s utezima kao preduvjet za izvedbu olimpijskih dizanja utega (2P + 2V) 4. Tehnika i metodika trzaja (8P + 8V) 5. Tehnika i metodika nabačaja (6P + 6V) 6. Tehnika i metodika izbačaja (4P + 4V) 7. Tehnika i metodika unilateralnih varijacija trzaja, nabačaja i izbačaja (4P + 4V) 8. Metodika pliometrijskog treninga (2P + 2V)					
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, pisanje seminara i polaganje ispita					
Praćenje rada studenata	kolokviji	33,3%	2	Pismeni ispit	33,3%	2
				usmeni ispit	33,3%	2

	ukupno	**6.0 ECTS**
Obvezna literatura	1. Milanović, D., Jukić, I. (ur.) (2003). Kondicijska priprema sportaša. Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, Zagreb 21-22.02.2003. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Zagrebački 2. Jukić, I., Šalaj, S., Gregov, C. (ur.) (2003-2011). Kondicijski trening.Stručni časopis za teoriju i metodiku kondicijske pripreme. Kineziološki fakultet, Zagreb. 3. Jukić, I., Marković, G. (2005). Kondicijske vježbe s utezima. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.	
Dopunska literatura	1. Everett, G. (2012). Olympic Weightlifting. Catalyst Athletics. 2. Beachle, T.R. i R.W. Earle (2000). Essentials of Strength and Conditioning. (2nd ed.). Champaign, Ill:Human Kinetics. 3. Jukić, I., Milanović, D. (ur.) (2004-2011). Kondicijska priprema sportaša, Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, Zagreb, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački sportski savez i Udruga kondicijskih trenera Hrvatske. 4. Bompa, T. (2005). Cjelokupan trening za mlade pobjednike, Gopal, Zagreb. 5. Boyle, M. (2010). Advances in Functional Training: Training Techniques for Coaches, Personal Trainers and Athletes. On Target Publications, USA. 6. Cook, G. (2010). Movement: Functional Movement Systems: Screening, Assessment, Corrective Strategies. E. Grayson Cook, USA.	
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa	

PLANIRANJE I PROGRAMIRANJE KONDICIJSKE PRIPREME II (172664)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Igor Jukić**	
Kancelarija		124	
Konzultacije			
e-mail		igor.jukic@kif.hr	
Telefon		+38513658724	
nositeljica predmeta		**izv. prof. dr. sc. Cvita Gregov**	
Kancelarija		20	
Konzultacije		po dogovoru e-poštom	
e-mail		cvita.gregov@kif.hr	
Telefon			
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	9.0 ECTS
mjesto izvođenja	Veliki amfiteatar		
način izvođenja nastave	75 (38P+37V)	očekivani broj studenata na predmetu	40
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje znanja o planiranju i programiranju kondicijske pripreme u različitim ciklusnim strukturama kondicijske pripreme.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju: □ Oblikovati programe kondicijske pripreme za različite sportske aktivnosti u različitim ciklusnim strukturama		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Oblikovati planove i programe kondicijske pripreme za različite sportske aktivnosti u kratkoročnom razdoblju (godišnji ciklus treninga) - Oblikovati planove i programe kondicijske pripreme na razini mikrociklusa i pojedinačnog treninga u različitim sportskim aktivnostima - Integrirati metode oporavka i dopunske faktore kondicijske pripreme u programe treninga na svim ciklusnim razinama Integrirati kondicijsku pripremu u globalni sustav sportske pripreme u različitim ciklusnim strukturama.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 75 (38P+37V) 1. Programiranje mikrociklusa kondicijske pripreme (2P+1V) 2. Programiranje pojedinačnog kondicijskog treninga (2P+2V) 3. Posebnosti programiranja kondicijske pripreme sportaša u različitim sportskim disciplinama (2P+2V) 4. Integralno oblikovanje sportske pripreme (2P+2V) 5. Programiranje treninga za razvoj i održavanje jakosti i snage (2P+2V) 6. Programiranje treninga za razvoj i održavanje agilnosti (2P+2V) 7. Programiranje treninga za razvoj i održavanje brzine (2P+2V) 8. Programiranje treninga za razvoj i održavanje fleksibilnosti (2P+2V) 9. Programiranje treninga za razvoj i održavanje koordinacije (2P+2V) 10. Programiranje treninga za razvoj i održavanje aerobne izdržljivosti (2P+2V) 11. Programiranje treninga za razvoj i održavanje anaerobne izdržljivosti (2P+2V)		

	12. Programiranje treninga za razvoj i održavanje aktivne mišićne mase (2P+2V) 13. Programiranje treninga za optimiziranje potkožnog masnog tkiva (2P+2V) 14. Tapering u sportu (2P+2V) 15. Programiranje metoda oporavka u kondicijskoj pripremi sportaša (2P+2V) 16. Implementacija dopunskih faktora kondicijske pripreme sportaša u različite ciklusne strukture (2P+2V) 17. Programiranje treninga u funkciji prevencije ozljeda sportaša (2P+2V) 18. Specifičnosti programiranja kondicijske pripreme u sportskim igrama (2P+2V) 19. Specifičnosti programiranja kondicijske pripreme u borilačkim sportovima (2P+2V)
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, pisanje seminara i polaganje ispita

	Seminarski rad	20%	1	pismeni ispit	50%	4
	Istraživanje		1	Usmeni ispit	30%	3
				ukupno	**9.0 ECTS**	

Obvezna literatura	1. Milanović, D. (2013). Teorija treninga. Kineziologija sporta. Zagreb: Kineziološki fakultet. 2. Milanović, D., Jukić, I. (ur.) (2003). Kondicijska priprema sportaša. Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, Zagreb 21-22.02.2003. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Zagrebački sportski savez 3. Jukić, I., Šalaj, S., Gregov, C. (ur.) (2003-2011). Kondicijski trening. Stručni časopis za teoriju i metodiku kondicijske pripreme. Kineziološki fakultet, Zagreb. 4. Bompa, T. O. (2000). Periodization. Theory and Methodology of Training. Champaign, Ill: Human Kinetics.
Dopunska literatura	1. Beachle, T.R. i R.W. Earle (2000). Essentials of Strength and Conditioning. (2nd ed.). Champaign, Ill:Human Kinetics. 2. Bompa, T. (2005). Cjelokupan trening za mlade pobjednike, Gopal, Zagreb. 3. Bompa, T.O., Carrera, M. (2005). Periodization Training for Sports. Champaign, IL: Human Kinetics. 4. Jukić, I., Milanović, D. (ur.) (2004-2011). Kondicijska priprema sportaša, Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, Zagreb, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački sportski savez i Udruga kondicijskih trenera Hrvatske 5. Mujika, I. (2009). Tapering and Peaking for Optimal Performance. Champaign, IL: Human Kinetics
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U KPS-U III. (172665)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Luka Milanović**			
Kancelarija		40/2			
Konzultacije					
e-mail		luka.milanovic@kif.hr			
Telefon					
studijski program	Preddiplomski stručni studij	status predmeta		obavezni	
Semestar	VI.	godina studija		III.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost		5.0 ECTS	
mjesto izvođenja					
način izvođenja nastave	90V	očekivani broj studenata na predmetu		40	
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.				
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.				
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: • Praktično provoditi dijagnostiku pripremljenosti sportaša primjenom jednostavnih terenskih testova te pokazatelja natjecateljske izvedbe • Metodički oblikovati složenije trenažne procese i provoditi ih u praktičnim uvjetima • Planirati i programirati konkretni trenažni proces u različitim vremenskim ciklusima • kontrolirati učinke dobivene programiranim trenažnim procesima u sportu, rekreaciji, kondicijskoj pripremi i fitnesu				
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	• Analiza rezultata dijagnostičkog postupka te uključivanje dobivenih rezultata u plan i program rada (10V) • Izrada plana i programa treninga u makro ciklusu, mezo ciklusu i mikro ciklusu (10V) • Organizacija i provedba sportske pripreme za natjecanja (10V) • Samostalna provedba trenažnoga procesa uz kontrolu mentora (20V) • Korištenje suvremenih metoda za analizu tehnika izvedaba različitih struktura kretanja (tehnika) i struktura situacija (taktika) sportske grane (10V) • Organizacija i provedba stručnih sastanaka sa sportašima i njihovim roditeljima (5V) • Analiza učinaka provedenih trenažnih postupaka ili postupaka vježbanja u sportu, kondicijskoj pripremi, rekreaciji i fitnesu (10V) • Samostalno vođenje pojedinaca i ekipa na natjecanjima (15V)				
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, rješavanje problemskih zadataka.				
Praćenje rada studenata	praktični rad	100%	5		
				ukupno	**5.0 ECTS**
Obvezna literatura					
Dopunska literatura					
Način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.				

STUDIJSKI SMJER – FITNES – VI. SEM

Studijski smjer FITNES						
172575	Metodika treninga fitnesa IV.	izv. prof. dr. sc. Saša Vuk	40	0	40	9
172576	Programiranje treninga fitnesa II.	izv. prof. dr. sc. Josipa Nakić	30	15	0	4
172577	Grupni fitnes programi IV.	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić	20	0	15	3
172578	Stručno-trenerska praksa u fitnesu III.	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić izv. prof. dr. sc. Saša Vuk	0	0	90	5
		UKUPNO	**90**	**15**	**145**	**21**

METODIKA TRENINGA FITNESA IV (172575)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Saša Vuk**	
Kancelarija		40/3	
Konzultacije		prema dogovoru e-mailom	
e-mail		sasa.vuk@kif.hr	
Telefon		+38513658603	
nastavnik		**dr. sc. Asim Bradić, prof. v. š.**	
Kancelarija		40/5	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-maila ili osobno na fakultetu	
e-mail		asim.bradic@kif.unizg.hr	
Telefon		+38513658605	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	IV.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	9.0 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	80(40P + 40V)	očekivani broj studenata na predmetu	19
ciljevi predmeta	Predstaviti temeljnu podjelu sadržaja i metoda rada u području srčano-dišnog treninga, treninga fleksibilnosti te treninga ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova; Usvajanje i usavršavanje osnovne i naprednih tehnika izvedbe vježbi na kardio-trenažerima te vježbi ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova; Usvajanje i usavršavanje metodičkih postupaka poučavanja i vježbanja u srčano-dišnom treningu i treningu ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova; Usvajanje osnovnih sigurnosnih principa u srčano-dišnom treningu i treningu ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova; Usvajanje i usavršavanje osnovnih i izvedenih organizacijskih oblika rada u srčano-dišnom treningu i treningu ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	• Sposobnost neovisnog kritičkog promišljanja i rješavanja praktičnih kineziioloških problema; • Sposobnost poučavanja osoba različite dobi, spola, razine tjelesne aktivnosti i vještine općim motoričkim znanjima;. • Sposobnost planiranja, programiranja i provođenja transformacijskih procesa u područjima primijenjene kineziologije; • Sposobnost promoviranja tjelesnog vježbanja u funkciji unaprijeđenja i očuvanja zdravlja osoba različite dobi, spola i razine tjelesne aktivnosti.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušanog i položenog predmeta studenti će: • znati učinkovito i sigurno poučavati zdrave osobe različite dobi, spola i razine tjelesne aktivnosti osnovnoj i naprednim tehnikama izvedbe vježbi na kardio-trenažerima, vježbama istezanja i vježbi ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova; • znati odabirati optimalne sadržaje i metode vježbanja u treningu fitnesa zdravih osoba s ciljem razvoja/održavanja srčano-dišne i metaboličke sastavnice fitnesa te regulacije tjelesne težine i sastava tijela; • razumjeti i znati uspješno primjenjivati temeljne principe sigurnosti u srčano-dišnom treningu, treningu fleksibilnosti i treningu ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova; • razumjeti specifičnost odabira sadržaja i metoda rada u srčano-dišnom treningu, treningu fleksibilnosti i treningu ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova s obzirom na tjelesno držanje i tjelesnu građu zdravih osoba.		

Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	1. Povijesni pregled, definicije i struktura fleksibilnosti (2P) 2. Principi i metode treninga fleksibilnosti (4P) 3. Metode i vježbe istezanja – dinamična i balistička (2P + 6V) 4. Metode i vježbe stezanja – statična (2P + 4V) 5. Metode i vježbe istezanja – PNF (2P + 4V) 6. Povijesni pregled, definicije i struktura ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova (4P) 7. Principi i metode treninga ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova (4P + 4V) 8. Vježbe ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova – smanjenje površine oslonca (4P + 4V) 9. Vježbe ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova – promjena fizikalnih karakteristika podloge (4P + 4V) 10. Vježbe ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova na nestabilnim površinama (4P + 4V) 11. Vježbe funkcionalne stabilizacije zglobova: oscilacijski pokreti (4P + 4V) 12. Trening s otporom u nestabilnim uvjetima (4P + 6V)					
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, polaganje kolokvija i ispita.					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	1	pismeni ispit	40%	4
	kolokviji	25%	2	praktični rad	25%	2
				ukupno	**9.0 ECTS**	
Obvezna literatura	1. Šentija, D., Maršić, T., Dizdar, D. (2008). Osnove treninga izdržljivosti i brzine u sportu. TVZ, Zagreb 2. Sekulić, D., Metikoš, D. (2007). Osnove transformacijskih postupaka u kineziologiji. Fakultet prirodoslovno-matematičkih znanosti, Split.					
Dopunska literatura	1. Marković, G., Bradić, A. (2008). Nogomet – integralni kondicijski trening. TVZ, Zagreb. 2. Howley, E., Franks, B.D. (2007). Fitness Professional's Handbook, Champaign, IL., USA.					
Način praćenja kvalitete	Redovito praćenje aktivnosti studenata na predavanjima, seminarskoj nastavi i vježbama te kontinuirano provođenje testiranja kroz semestar (kolokviji). Krajem semestra bit će napravljena evaluacija predmeta i nastavnika koji rade na predmetu. Evaluacija nastavnika pomoći će i za unapređenje njihovog rada. Sveučilišna studentska anketa.					

PROGRAMIRANJE TRENINGA FITNESA II (172576)

nositeljica predmeta		**izv. prof. dr. sc. Josipa Nakić**	
kancelarija		40/3	
konzultacije		prema dogovoru putem e-maila ili osobno na fakultetu	
e-mail		josipa.nakic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658603	
nastavnik		**dr. sc. Asim Bradić, prof. v. š.**	
kancelarija		40/5	
konzultacije		prema dogovoru putem e-maila ili osobno na fakultetu	
e-mail		asim.bradic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658605	
studijski program	Preddiplomski stručni studij	status predmeta	Obvezni specijalistički
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	4 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	45(30P+15S) Izvedbeni sati: 30P*	očekivani broj studenata na predmetu	19
ciljevi predmeta	Predstaviti temeljna načela i zakonitosti oblikovanja programa pojedinačnog treninga i trenažnih ciklusa, ciljno usmjerenih prema unaprjeđenju/održavanju sastavnica zdravstvenog fitnesa – mišićno-motoričke sastavnice, srčano-dišne sastavnice, morfološke sastavnice i metaboličke sastavnice. Predstaviti načine određivanja komponenata opterećenja u treningu fitnesa. Predstaviti akutne i kronične učinke primjene različitih modaliteta treninga fitnesa na radnu sposobnost čovjeka. Predstaviti osnovne informacije o specifičnostima oblikovanja programa treninga fitnesa posebnih populacija.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	- sposobnost neovisnog kritičkog promišljanja i rješavanja praktičnih kineziioloških problema - sposobnost planiranja, programiranja i provođenja transformacijskih procesa u područjima primijenjene kineziologije - sposobnost promoviranja tjelesnog vježbanja u funkciji unaprjeđenja i očuvanja zdravlja osoba različite dobi, spola i razine tjelesne aktivnosti		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušanog i položenog predmeta studenti će moći: • definirati akutne fiziološke promjene u organizmu pod utjecajem različitih modaliteta treninga fitnesa; • definirati osnove prilagodbe organizma na trening s otporom, srčano-dišni trening, trening fleksibilnosti te trening ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova; • definirati i znati primijeniti osnovna načela progresije u treningu fitnesa zdravih osoba; • znati oblikovati optimalne programe vježbanja za unaprijeđenje/održavanje zdravstvenog fitnesa zdravih osoba; • definirati i razumjeti specifičnosti oblikovanja programa vježbanja za posebne populacije, poput djece i mladih te starijih osoba; • znati integrirati spoznaje o treningu fitnesa sa spoznajama o prehrani, a s ciljem optimizacije prilagodbe organizma na trenažni podražaj.		

sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari (30P+15S) 1. Akutni fiziološki odgovor organizma na trening fleksibilnosti (2P) 2. Kronična prilagodba organizma na trening fleksibilnosti (4P + 2S) 3. Određivanje komponenti opterećenja u treningu fleksibilnosti (2P + 2S) 4. Principi progresije u treningu fitnesa (4P + 2S) 5. Oblikovanje pojedinačnog treninga fitnesa (4P + 2S) 6. Oblikovanje programa treninga fitnesa: mikrociklus (2P + 2S) 7. Oblikovanje programa treninga fitnesa: mezociklus (2P + 2S) 8. Oblikovanje programa treninga fitnesa: makrociklus (2P + 2S) 9. Integracija treninga fitnesa i prehrane (4P) 10. Specifičnosti oblikovanja treninga fitnesa posebnih populacija (4P + 2S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave; aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu; polaganje kolokvija i ispita.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	1,5	kolokvij	40%	0,5
	pismeni ispit	50%	2	ukupno	**4. ECTS**	
obvezna literatura	1. Nakić, J. (2021) Video predavanja i pdf prezentacije objavljene na Merlinu, sustavu za e-učenje. 2. Nakić, J. (2022). *Kineziologija rada: Pravilne posturalno-kretne navike i vježbanje s ciljem očuvanja zdravlja mišićno-koštanog sustava administrativnih radnika*. Ministarstvo rada, mirovinskog sustava, obitelji i socijalne politike, Uprava za rad i zaštitu na radu, Zagreb. Dostupno na https://uznr.mrms.hr/wp-content/uploads/2022/06/Prirucnik-web.pdf 3. Clark, M. A., Lucett, S. C., Sutton, B. G. (2018). *NASM Essentials of Personal Fitness Training* (6th ed.). National Academy of Sports Medicine. 4. Clark, M. A., Lucett, S. C. (2011). *NASM Essentials of Corrective Exercise Training* (1st ed.). National Academy of Sports Medicine. 5. Muscle & Motion (2014.) All about strength training, računalni program, http://www.muscleandmotion.com/multifitHomePage.aspx . Multifit, Billoo 10, T.A, Israel. 6. Abernethy, B., Hanrahan, S.J., Kippers, V., Mackinnon, L.T. i Pandy, M.G. (2012). *Biofizičke osnove ljudskog pokreta*. Beograd, Data status. 7. Cook, Gray (2003). *Athletic body in balance*. Human Kinetics, Champaign, IL. 8. McGill, S. (2014). Ultimate back fitness and performance. Wabuno Publishers, Backfitpro Inc., Waterloo, fifth edition, Ontario, Canada. 9. Sekulić, D., Metikoš, D. (2007). *Osnove transformacijskih postupaka u kineziologiji*. Fakultet prirodoslovno-matematičkih znanosti, Split. 1. Zatsiorsky, V.M., Kraemer, W.J. (2010). *Znanost i praksa u treningu snage*. Datastatus, Beograd.					
dopunska literatura	1. ACSM. (2009). ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription. Lippincott Wiliams & Wilkins, Baltimore. 2. Alter, M (1996). The Science of Flexibility. Champaign. IL: Human Kinetics. 3. Boyle, Michael (2010). Advances in functional training. Aptos, CA. 4. Egosque, P., Gittines, R. (2004). Egoscue metoda: pokretom do zdravlja. Grafički zavod Hrvatske. 5. Esther Gokhale (2008). 8 STEPS to a PAIN-FREE BACK. Pendo Press, 881 Tolman Drive, Stanford, CA 94305.					

	6. Julie A Webster (2009. Regaining Good Posture Through Stretches and Supportive Exercises. 7. McGill, S. (2007). Low back disorders. Human Kinetics, Champaign, IL.McGill, S. (2014). 8. McGill, S. (2015). Back Mechanic: The secrets to a healthy spine your doctor isn't telling you. Backfitpro Inc., Gravenhurst, Ontario, Canada. 1. Nakić, J., Kovačević, E., Abazović, E. (2017). Prednji i stražnji nagib zdjelice. Kondicijski trening, 15(1): 30-35.
način praćenja kvalitete	Redovito praćenje aktivnosti studenata na predavanjima i seminarskoj nastavi. Krajem semestra bit će napravljena evaluacija predmeta i nastavnika koji rade na predmetu. Evaluacija nastavnika pomoći će i za unapređenje njihovog rada. Sveučilišna studentska anketa.

GRUPNI FITNES PROGRAMI IV (172577)

nositeljica predmeta		**prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić**	
kancelarija		173	
konzultacije		srijeda 12.30 do 13.00 te prema dogovoru putem e-mail adrese ili na tel. +385 95 3658805	
e-mail		gordana-furjan-mandic@kif.hr	
telefon		+38513658773	
vanjska suradnica		**Marita Ukić, pred.**	
e-mail		marita.ukic@kif.hr	
vanjska suradnica		**Marina Tome, prof.**	
e-mail		marina.tome@kif.hr	
vanjska suradnica		**Jasminka Tomčić,**	
e-mail		jasminka.tomcic@kif.hr	
vanjska suradnica		**Blanka Ciprić, prof.**	
e-mail		blanka.cipric@kif.hr	
vanjski suradnik		**Dalibor Kiseljak,**	
e-mail		dalibor.kiseljak@kif.hr	
studijski program	Preddiplomski stručni studij	status predmeta	specijalistički
Semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	4 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica (V) dvorana H		
način izvođenja nastave	35(20P+15V)	očekivani broj studenata na predmetu	19
ciljevi predmeta	Usvajanje osnovnih i složenijih kretnih struktura vježbi za razvoj repetitivne snage, gibljivosti pilatesa, joge te ostalih suvremenih fitnes programa i njihova praktična primjena u rekreaciji, kineziterapiji i sportu.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Sposobnost samostalnog planiranja, programiranja i vođenja satova različitih vrsta aerobike za populaciju različite dobi i razine treniranosti		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušanog i položenog predmeta studenti će biti u stanju: - demonstrirati pravilnu tehniku različitih vrsta grupnih fitnes programa (GFP); - učinkovito i sigurno poučavati zdrave osobe različite dobi, spola i razine tjelesne aktivnosti različitim vrste GFP; - učinkovito i sigurno poučavati osobe različite dobi, spola i razine tjelesne aktivnosti različitim vrste GFP; - razumjeti i uspješno primjenjivati sadržaje GFP s obzirom na ciljeve transformacijskog procesa u fitnesu; - programirati sat fitnes vježbanja sa sadržajima GFP;		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja: 1. Utjecaj nordijskog hodanja na antropološki status 2P 2. Specifičnosti i razlike grupnih fitnes programa 2P 3. Vrste grupnih fitnes programa za „specifične“ populacije 2P Teorijsko-praktična predavanja i vježbe 1. Joga u fitnesu 2P+2V 2. Nordijsko hodanje – osnovna tehnika 2P+2V 3. Nordijsko hodanje – napredna tehnika 2P+2V		

	4. Vježbe za razvoj repetitivne i eksplozivne snage uz nordijskom hodanju 2P+2V 5. Aerobika u vodi 4P+4V 6. Aerobika za „specifične“ populacije 2P+3V					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave; aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu; polaganje kolokvija i ispita.					
praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	10%	0,5	praktični rad	40%	2
	kolokviji	20%	0,5	usmeni ispit	30%%	1
				ukupno	**4 ECTS**	
obvezna literatura	1. Zbornik radova, 6. zagrebački sajam sporta „Suvremena aerobika“ (1997)., Metikoš, D., Prot, F., Furjan-Mandić, G., Kristić, K., (ur.) Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu. 2. Alter, M. J. (1990). Science of stretching. Champaign, Ilinois: Human Kinetics Books. 3. Siler, B.: Pilates tijelo – vodič kroz vježbe za jačanje, izduživnje i oblikovanje tijela kod kuće – bez sprava, Zagreb, Biovega, 2003 4. Jagodić-Rukavina, A-M (2006). Body tehnika. Planetopija, Zagreb.					
dopunska literatura	1. Jagodić Rukavina, A-M.: Metodika individualnog i grupnog rada pilates vježbanja (Magistarski rad), Zagreb, 2005. 2. Furjan-Mandić, G. i Kondrič, M. (2005). Nordijsko hodanje - nova aktivnost u fizičkoj pripremi sportaša. U:Sekulić, Damir (ur.). *Međunarodno znanstveno-stručno savjetovanje Sport-rekreacija-fitnes, Split, 15. april20 05. Zbornik radova*. (str. 165-168). Split: Fakultet prirodoslovno matematičkih znanosti i odgojnih područja, Zavod za kineziologiju.					
način praćenja kvalitete	Redovito praćenje aktivnosti studenata na predavanjima, seminarskoj nastavi i vježbama te kontinuirano provođenje testiranja kroz semestar (kolokviji). Krajem semestra bit će napravljena evaluacija predmeta i nastavnika koji rade na predmetu. Evaluacija nastavnika pomoći će i za unapređenje njihovog rada. Sveučilišna studentska anketa.					

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U FITNESU III. (172578)

nositeljica predmeta		**prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić**			
Kancelarija		173			
Konzultacije		srijeda 12.30 do 13.00 te prema dogovoru putem e-mail adrese ili na tel. +385 95 3658805			
e-mail		gordana-furjan-mandic@kif.hr			
Telefon		+38513658773			
nastavnik		**izv. prof. dr. sc. Saša Vuk**			
Kancelarija		40/3			
Konzultacije		prema dogovoru e-mailom			
e-mail		sasa.vuk@kif.hr			
Telefon		+38513658603			
studijski program	Preddiplomski stručni studij	status predmeta		obavezni	
Semestar	VI.	godina studija		III.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost		5.0 ECTS	
mjesto izvođenja					
način izvođenja nastave	90V	očekivani broj studenata na predmetu		19	
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.				
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.				
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Praktično provoditi dijagnostiku pripremljenosti sportaša primjenom jednostavnih terenskih testova te pokazatelja natjecateljske izvedbe - Metodički oblikovati složenije trenažne procese i provoditi ih u praktičnim uvjetima - Planirati i programirati konkretni trenažni proces u različitim vremenskim ciklusima - Kontrolirati učinke dobivene programiranim trenažnim procesima u sportu, rekreaciji, kondicijskoj pripremi i fitnesu				
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Analiza rezultata dijagnostičkog postupka te uključivanje dobivenih rezultata u plan i program rada (10V) - Izrada plana i programa treninga u makro ciklusu, mezo ciklusu i mikro ciklusu (10V) Organizacija i provedba sportske pripreme za natjecanja (10V) - Samostalna provedba trenažnoga procesa uz kontrolu mentora (20V)				
Obveze studenata	Pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, rješavanje problemskih zadataka.				
Praćenje rada studenata	praktični rad	100%	0		
				ukupno	**5.0 ECTS**
Obvezna literatura					
Dopunska literatura					
Način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.				

SMJER – SPORTSKA REKREACIJA – VI. SEM

Smjer SPORTSKA REKREACIJA						
172705	Metodika sportske rekreacije u slobodno vrijeme II.	izv. prof. dr. sc. Danijel Jurakić	30	15	30	8
172706	Programi sportske rekreacije u prevenciji stresa	izv. prof. dr. sc. Danijel Jurakić	30	15	0	5
172707	Stručno-trenerska praksa u sportskoj rekreaciji III.	izv. prof. dr. sc. Danijel Jurakić	0	0	90	5
		UKUPNO	**60**	**30**	**120**	**18**

METODIKA SPORTSKE REKREACIJE U SLOBODNO VRIJEME II. (172705)

Nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Danijel Jurakić**	
kancelarija		117	
konzultacije		srijedom od 13.30 do 14.30	
e-mail		danijel.jurakic@kif.hr	
telefon		+38513658656	
vanjski suradnik		Martin Andrijašević, prof.	
e-mail		martin.andrijasevic@kif.hr	
vanjski suradnik		Andrija Mikša, mag.cin.	
e-mail		andrija.miksa@kif.hr	
vanjski suradnik		dr. sc. Andrea Vrbik, pred.	
e-mail		andrea.vrbik@kif.hr	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	specijalistički
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	8 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica (S+V) predavaonica + dvorana + terenska nastava		
način izvođenja nastave	75(30P+15S+30V) Izvedbeni sati: 30P*	očekivani broj studenata na predmetu	6
ciljevi predmeta	Cilj je ovog predmeta osposobiti studente za postavljanje i oblikovanje svih vrsta sportsko-rekreacijskih planova i programa u različitim uvjetima i za različite potrebe populacije. Osposobljavanje u upravljanju i realizaciji programa. Poštujući temeljne kriterije kineziološke struke bit će sposobni projektirati i organizirati samostalno sportsko rekreacijsku djelatnost u različitim uvjetima te realizirati planove i programe transformacijskog karaktera uključujući dijagnostiku, praćenje i kontrolu učinaka tretmana. Uspostavlja suradnju sa stručnjacima drugih profila i kompetencija i provodi marketinške poslove.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Organizacija stručnog rada u sportskoj rekreaciji u različitim uvjetima i za različite potrebe sa svrhom i ciljem edukacije te zaštite i unapređenja zdravlja sudionika rekreacijskih programa. Oblikovanje individualnih i grupnih programa vježbanja za potrebe rekreacije. Rad u timu sa stručnjacima iz drugih područja.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: - primijeniti metode upravljanja sustavima u čijoj je osnovi koncept kineziološke rekreacije; - izraditi financijski plan rentabilnosti ulaganja pojedinih sportsko-rekreacijskih programa u različitim uvjetima; - postaviti koncepciju programa kineziološke rekreacije za različite potrebe; - surađivati u različitim znanstveno-stručnim područjima (unapređenje zdravlja, razvoj privredne djelatnosti – turizam i rad); - oblikovati i provoditi transformacijske programe poštujući sve kriterije i metode za provedbu programa; - primijeniti znanja iz komplementarnih područja koja su potpora kineziološkoj rekreaciji (prirodni resursi, prehrana i razne tradicionalne tehnike); - koristiti suvremene tehnologije za individualne kompleksne programe.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja, seminari i vježbe 1. Uloga i značaj metodike sportske rekreacije u slobodno vrijeme namijenjena građanstvu.(4P+2S)		

	2. Podjela sudionika sportske rekreacije prema dobi i njihove specifičnosti u odnosu na potrebe za očuvanjem zdravlja, redovitim programima rekreacije.(4P+2S+4V) 3. Specifičnost i metodika primjene sportske rekreacije za djecu i mlade u razvojnoj fazi organizma. (4P+2S+4V) 4. Specifičnost i metodika primjene sportske rekreacije za odrasle, opći pojmovi vezani za očuvanje i unapređenje zdravlja tjelesnom aktivnosti. (4P+4V) 5. Kontrola intenziteta opterećenja u sportskoj rekreaciji (2P+2S+4V) 6. Programi za razvoj motoričkih sposobnosti (2P+4V) 7. Metodika primjene sportske rekreacije za specifične skupine (osobe starije životne dobi, osobe s invaliditetom).(2P+2S+4V) 8. Metodika primjene transformacijskih programa za unapređenje srčano-žilnog i dišnog sustava (aerobnih sposobnosti), (2P+2S+4V). 9. Metode planiranja i programiranja te izbor aktivnosti u cilju transformacijskih programa namijenjenih regulaciji potkožnog masnog tkiva. (4P+2V) 10. Tehnologija u sportskoj rekreaciji (2P+1S)
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi

praćenje rada studenata	pohađanje nastave	26%	2	usmeni ispit	12%	1
	pismeni ispit	50%	4	seminarski rad	12%	1
				ukupno	**8 ECTS**	

obvezna literatura	1. Andrijašević, M. (2010). Kineziološka rekreacija. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. Andrijašević, M. (2004). Programi i sadržaji razvoja sportsko-rekreacijskog turizma u Hrvatskoj. u: Bartoluci, M. i sur. (ur.) Menadžment u sportu i turizmu. Zagreb: KF, EF. 3. Andrijašević, M. i D. Jurakić (ur), (2011). Sportska rekreacija u funkciji unapređenja zdravlja. ZR međunarodne znanstveno-stručne konferencije. Kineziološki fakultet, Zagreb.
dopunska literatura	1. Ivanišević, G. i sur.(2004). Zdravstveni turizam, prehrana, kretanje i zaštita okoliša u Hrvatskoj, znanstveni skup Veli Lošinj. Zagreb: Akademija medicinskih znanosti Hrvatske. 2. Mišigoj-Duraković, M. i sur.(1999). Tjelesno vježbanje i zdravlje. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu, Grafos. 3. Corbin, B. C., Lindsey, R., Welk, I. G., Corbin, R.W. (2002). Concepts of fitness and wellness. New York, USA: Mc Graw Hill Companies. 4. Štuka, K. (1985). Rekreacijska medicina. Zagreb: Sportska tribina.
način praćenja kvalitete	Informacije o napretku i eventualnim poteškoćama u savladavanju gradiva, davat će se studentima tijekom cijelog semestra. Valorizacija će provoditi anonimnim anketiranjem studenata na kraju izvedene nastave.

PROGRAMI SPORTSKE REKREACIJE U PREVENCIJI STRESA (172706)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Danijel Jurakić**			
kancelarija		117			
konzultacije		srijedom od 13.30 do 14.30			
e-mail		danijel.jurakic@kif.hr			
telefon		+38513658656			
vanjski suradnik		doc. dr. sc. Sanja Ćurković			
e-mail		sanja.curkovic@kif.hr			
studijski program	Preddiplomski stručni studij	status predmeta		obveznii	
semestar	VI.	godina studija		III.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost		5 ECTS	
mjesto izvođenja	(P) predavaonica (S+V)				
način izvođenja nastave	45(30P+15S)	očekivani broj studenata na predmetu		6	
ciljevi predmeta	Osposobiti studente za razumijevanje ustroja i funkcioniranja sportsko-rekreacijskih programa u svrhu prevencije stresa kod osoba različite dobi, statusa i potreba. Usvajanje teorijskih i metodičkih znanja vezanih za oblikovanje specifičnih programa sportske rekreacije u cilju prevencije stresa				
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Usvojiti znanja o značajkama pojedinih vrste stresora i njihovih posljedica na ljudski organizam Objasniti specifične programe sportske rekreacije i njihovo djelovanje na prevenciju stresa Primijeniti znanja u kreiranju plana i programa sportske rekreacije u svrhu prevencije stresa				
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	U oblikovanju ishoda studenti će moći definirati: 1. Specifičnosti pojedinih vrsta stresora 2. Razlika pri oblikovanju programa sportske rekreacije prema vrsti stresa 3. Mogućnosti djelovanja sportsko-rekreacijskih programa u prevenciji stresa 4. Vrste sportsko-rekreacijskih aktivnosti i njihovo djelovanje u prevenciji stresa 5. Osnovne zakonitosti planiranja i programiranja sportsko-rekreacijskih aktivnosti i vježbi obzirom na prevenciju različitih vrsta stresa				
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	1. Temeljne spoznaje sportsko-rekreacijskih programa prema vrstama; definicija; predmet proučavanja (4Px2S) 2. Definiranje stresa i mogućnosti upravljanje stresom sportsko rekreacijskim programima (5Px3S) 3. Kategorije osoba vezane za pojavu stresa(4Px2S) 4. Prevencija oboljenja uzrokovana stresom (4Px2S) 5. Psihosomatika i mogućnost djelovanja sportske rekreacije na podizanje stupnja otpornosti na stres (4Px2S) 6. Pomoćne metode (alternativne metode) u prevenciji stresa (4Px2S) 7. Mogućnost primjene antistres programa u uslužnim djelatnostima: turizam, wellness, fitness, škole (4Px2S)				
obveze studenata					
praćenje rada studenata	Seminarski rad		2	usmeni ispit	100%	3
				ukupno	**5 ECTS**	
obvezna literatura	Winnick, J.P. (2005). Adapted physical education and sport. Human Kinetics				

dopunska literatura	1. Andrijašević, M. (2010). Kineziološka rekreacija. Sveučilišni udžbenik, Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. Andrijašević (ur.), Zbornik radova: Kineziološka rekreacija i kvaliteta života, Zagreb, 2008 (str. 15-24). Zagreb: Kineziološki fakultet. 3. Trošt Bobić, T. , Ciliga, D., Petrinović Zekan, L. (2009). Radiogoniometrija kao rekreacijska aktivnost za slijepe osobe. U: M. Andrijašević (ur.), Zbornik radova međunarodne znanstveno-stručne konferencije „Upravljanje slobodnim vremenom sadržajima sporta i sportske rekreacije“, Zagreb, 2009. (str. 345-351).Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 4. Pepelnjak, S. i Šegvić Klarić M. (2009). Aromaterapija – hrvatski brand, u knjizi Ivanišević G.(ur).: Prirodna lječilišta – hrvatski brand. Zagreb: Akademija medicinskih znanosti Hrvatske. Str. 38-46. 5. Servan-Schreiber,D., (2006). Ozdravljenje. Liječenje stresa, anksioznosti i depresije bez lijekova i psihoterapije, Planetotopija, Biblioteka Makronova, Zagreb. 6. Škarica, J. (2009) Kreativna sreća, 7. http://www.rff.org/files/sharepoint/WorkImages/Download/RFF-DP-09-21.pdf Godbey, G. (2009). Recreation, Health, and Wellness: Understanding and Enhancing the Relationship preuzeto (25.04.2016).
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U SPORTSKOJ REKREACIJI III. (172707)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Danijel Jurakić**	
Kancelarija		117	
Konzultacije		srijedom od 13.30 do 14.30	
e-mail		danijel.jurakic@kif.hr	
Telefon		+38513658656	
studijski program	Preddiplomski stručni studij	status predmeta	obavezni
Semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	90V	očekivani broj studenata na predmetu	6
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Praktično provoditi dijagnostiku pripremljenosti sportaša primjenom jednostavnih terenskih testova te pokazatelja natjecateljske izvedbe - Metodički oblikovati složenije trenažne procese i provoditi ih u praktičnim uvjetima - Planirati i programirati konkretni trenažni proces u različitim vremenskim ciklusima - Kontrolirati učinke dobivene programiranim trenažnim procesima u sportu, rekreaciji, kondicijskoj pripremi i fitnesu		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Analiza rezultata dijagnostičkog postupka te uključivanje dobivenih rezultata u plan i program rada (10V) - Izrada plana i programa treninga u makro ciklusu, mezo ciklusu i mikro ciklusu (10V) Organizacija i provedba sportske pripreme za natjecanja (10V) - Samostalna provedba trenažnoga procesa uz kontrolu mentora (20V) - Korištenje suvremenih metoda za analizu tehnika izvedaba različitih struktura kretanja (tehnika) i struktura situacija (taktika) sportske grane (10V) - Organizacija i provedba stručnih sastanaka sa sportašima i njihovim roditeljima (5V) - Analiza učinaka provedenih trenažnih postupaka ili postupaka vježbanja u sportu, kondicijskoj pripremi, rekreaciji i fitnesu (10V) - Samostalno vođenje pojedinaca i ekipa na natjecanjima (15V)		
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, rješavanje problemskih zadataka.		
Praćenje rada studenata	praktični rad	100%	
		ukupno	**5.0 ECTS**
Obvezna literatura			
Dopunska literatura			
Način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.		

STUDIJSKI SMJER – RAZNI SPORTOVI – VI. SEM

HRVANJE, KONJIČKI SPORT, KOŠARKA, NOGOMET, ODBOJKA, PLES, SKIJANJE, TENIS, TRIATLON

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Studijski smjer SPORT						
	Programiranje treninga u izabranom sportu		60	30	0	9
	Kontrola treniranosti u izabranom sportu		30	15	0	5
	Stručno-trenerska praksa izabranog sporta III.		0	0	90	5
		UKUPNO	**90**	**45**	**90**	**19**

SMJER – BOKS – VI. SEM

Šifra predmeta	PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
172564	Programiranje treninga u boksu	prof.dr.sc. Hrvoje Sertić	60	30	0	9
172565	Kontrola treniranosti u u boksu	prof.dr.sc. Hrvoje Sertić	30	15	0	5
172566	Stručno-trenerska praksa u boksu II.	prof.dr.sc. Hrvoje Sertić	0	0	90	5
		UKUPNO	**90**	**45**	**90**	**19**

PROGRAMIRANJE TRENINGA U BOKSU (172564)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Hvoje Sertić**	
kancelarija		155	
konzultacije		srijedom od 11.30 do 12.30 sati	
e-mail		hrvoje.sertic@kif.hr	
telefon		+38513658755	
vanjski suradnik		**dr. sc. Marko Žaja**	
e-mail		marko.zaja@kif.hr	
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	specijalistički
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	9 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (60P + 30S)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Svladavanje temeljnih znanja o stručnim osnovama planiranja i programiranja treninga u boksu u skladu s posebnošću periodizacije, kalendarom natjecanja i dopustivim mjerama oporavka. Studenti će se steći potrebne informacije o izradbi plana i programa trenažnog procesa u dugoročnom, srednjoročnom i kratkoročnom razdoblju sportske pripreme u boksu.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Stručni studij obrazuje trenere sa temeljnom stručnom kvalifikacijom za obavljanje stručnih poslova u boksu. Ova stručna razina trenerske izobrazbe omogućit će završenim studentima potrebna znanja za uspješno planiranje, programiranje i kontrolu procesa treniranja u sportskoj grani utemeljenog na spoznajama o aktualnom stanju treniranosti prognoziranim stanjima u budućnosti kao i uvjetima u kojima se trenažni procesi odvijaju.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Studenti će steći znanja koji će ih kvalificirati za planiranje i programiranje trenažnog procesa u boksu koji je bio predmet njihova interesa. - Znanja o osnovnim kineziološkim i antropološkim zakonitostima za uspješno planiranje treninga kao i metodičkim zakonitostima za uspješno programiranje rada sa selekcioniranim skupinama sportaša. - Razumijevanje rezultata dijagnostičkih postupaka za utvrđivanje antropoloških obilježja sportaša uključenih u trenažni proces u boksu. - Naučiti osnovne postupke za testiranje inicijalnog stanja treniranosti i kontrolu postignutih efekata treninga i natjecateljskih postignuća. - Studenti će naučiti kako izraditi konkretan plan i program treninga za sportaše i sportske ekipe različite dobi, spola i kvalitete u višegodišnjem (perspektivno planiranje i programiranje) i jednogodišnjem (kratkoročno planiranje i programiranje) ciklusu sportske pripreme.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari **1.** Primjena općih principa i pravila u planiranju i programiranju treninga u boksu. (2P) **2.** Sportski trening u boksu kao transformacijski proces: Upravljanje stanjima treniranosti i sportske forme u višegodišnjem i jednogodišnjem ciklusu; (2P) **3.** Utvrđivanje modelnih karakteristika sportaša različitih dobnih skupina. (2P) **4.** Mjerenje i vrednovanje antropometrijskih karakteristika, funkcionalnih sposobnosti, biokemijskih varijabli, bazičnih i specifičnih motoričkih sposobnosti u funkciji određivanja ciljeva trenažnog procesa. (2P) **5.** Osnovni informatički sustavi za registraciju i analizu boksa. (2P) **6.** Mjerenje i vrednovanje inicijalnog, tranzitivnih i finalnog stanja sportske forme. (2P + 2S) **7.** Vrste sportskih natjecanja; planiranje i provedba nastupa i izvedbe (2P + 2S)		

	8. Opterećenja i njihov raspored kao osnova za primjenu mjera oporavka u različitim ciklusima sportske pripreme u boksu (2P + 2S) **9.** Cikličnost sportske pripreme u odnosu na specifičnosti kalendara natjecanja u boksu. (2P) **10.** Primjena različitih metoda planiranja i programiranja treninga: (simultano, mrežno, statističke metode) (2P) **11.** Individualizacija trenažnog procesa u boksu. (2P) **12.** Periodizacija višegodišnjeg ciklusa sportske pripreme: početak sustavnog treninga, zrela sportska dob, etapa najviših sportskih dostignuća. (2P) **13.** Specifičnosti planiranja i programiranja treninga mlađih dobnih kategorija u boksu. (2P) **14.** Specifičnosti modeliranja plana i programa treninga u mlađim dobnim kategorijama: 8-10-12-14-16-18 godina. (2P) **15.** Plan i program rada u osnovnoj sportskoj školi sporta (2P + 2S) **16.** Plan i program rada u specijalizirajućoj sportskoj školi sporta (2P + 2S) **17.** Plan i program rada u etapi završne sportske specijalizacije u boksu (2P + 2S) **18.** Planiranje i programiranje treninga reprezentativnih selekcija(2P + 2S) **19.** Olimpijski ciklus treninga: selekcija kandidata i testiranje trenažnog makrociklusa s kalendarom natjecanja u olimpijskoj godini. (2P) **20.** Godišnji ciklus treninga: dužina pripremnog razdoblja, trajanje natjecateljskog razdoblja. Jednostruka, dvostruka ili trostruka periodizacija godišnjeg ciklusa treninga u boksu. (2P) **21.** Standardi i norme ukupnog godišnjeg opterećenja u boksu. (2P) **22.** Izrada plana i programa rada u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom periodu. Specifičnosti organizacije i provedbe treninga u pripremnom razdoblju - dvije, tri ili četiri faze. Period natjecanja - jedna ili dvije faze. (2P + 2S) **23.** Struktura i pokazatelji sumarnog opterećenja treninga u mezociklusu. Specifičnosti pripremnoga i natjecateljskog mezociklusa u boksu. (2P) **24.** Struktura i pokazatelji sumarnog opterećenja treninga u mikrociklusu. Specifičnosti pripremnoga i natjecateljskog mikrociklusa u boksu. (2P) **25.** Izrada plana i programa treninga u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom mikrociklusu u boksu. (2P + 2S) **26.** Pojedinačni trening, utakmica, pripreme izvan mjesta stanovanja, sportsko-rekreacijske aktivnosti. (2P) **27.** Interna struktura, organizacija izrada i provedba plana i programa pojedinačnog treninga u boksu. (2P + 2S) **28.** Okolinski čimbenici u funkciji uspješnog planiranja i programiranja treninga u boksu. (2P + 2S) **29.** Stručno-pedagoški standard i kriteriji uspješnosti trenerskog rada u boksu. (2P) **30.** Stručna praksa s mlađim dobnim skupinama u boksu. (2P) **31.** Seminari i vježbe u planiranju i programiranju treninga: izradba individualnih, skupnih i ekipnih programa rada u boksu. (4S) **32.** Vođenje dnevnika rada u boksu (4S)
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.

praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	5%	0,5	Pisani ispit	28%	2,5
	seminarski rad	22%	2	usmeni ispit	45%	4
				ukupno	**9 ECTS**	

obvezna literatura	Sertić, H. (2004). Osnove borilačkih sportova. Kineziološki fakultet, Zagreb. Didić E., Krznarić D. (2008.) Boks Milanović D. (1997.) Priručnik za sportske trenere
dopunska literatura	**1.** Blažević S. (2007.) Relacije morfoloških i specifičnih motoričkih dimenzija kod boksača **2.** *Blažević S., Bonacin D., Rausavljević N. (2007.)* Neke relacije između specifičnih motoričkih sposobnosti i konativnih značajki kod boksača **3.** Blažević S., Širić V. (2008.) Transformacijski model šestomjesečnog kineziološkog tretmana boksača juniora početnika

	4. Dexin Wang, Yun Zhu, Caicai Liu (2009.) Research on Technical and Tactical Features of Major Overseas Opponents of Shiming Zou in Olympic Preparations
način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

KONTROLA TRENIRANOSTI U U BOKSU (172565)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Hvoje Sertić**	
kancelarija		155	
konzultacije		srijedom od 11.30 do 12.30 sati	
e-mail		hrvoje.sertic@kif.hr	
telefon		+38513658755	
vanjski suradnik		**dr. sc. Marko Žaja**	
e-mail		marko.zaja@kif.hr	
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	specijalistički
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica + terenska nastava		
način izvođenja nastave	45 (30P + 15S)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta jest studentima omogućiti stjecanje znanja o važnosti kontrole treniranosti sportaša u boksu. Studentima će moći pratiti i vrednovati efekte trenažnih procesa u dugoročnom, srednjoročnom i kratkoročnom razdoblju sportske pripreme.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Ovaj stručni studij omogućit će završenim studentima razinu znanja o dijagnostičkim postupcima za objektivnu procjenu stanja treniranosti kao i tehnologijama kontrole efekata primjene procesa treniranja i natjecanja u sportskoj grani.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Temeljna znanja o hijerarhijskoj strukturi sposobnosti, osobina i motoričkih znanja odgovornih za uspjeh u boksu koje su pogodne za utvrđivanje stanja treniranosti. - Znanja i vještine za odabir i provedbu dijagnostičkih postupaka u cilju utvrđivanja stanja pripremljenosti boksača. - Razumijevanje i primjena rezultata dijagnostičkih postupaka u provođenju trenažnih procesa sa različitim skupinama sportaša prema kriteriju dobi, spola i razine kvalitete. - Primjena osnovnih statističkih metoda za kontrolu trenažnih procesa u boksu.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja **1.** Definicija i sadržaj kontrole treniranosti u boksu (2P) . **2.** Mjerenje i vrednovanje inicijalnog, tranzitivnih i finalnog stanja treniranosti i sportske forme u boksu (4P). **3.** Mjerenje i vrednovanje antropometrijskih karakteristika sportaša (2P). **4.** Mjerenje i vrednovanje funkcionalnih sposobnosti sportaša. (2P) . **5.** Mjerenje i vrednovanje biokemijskih varijabli sportaša (2P). **6.** Mjerenje i vrednovanje bazičnih i specifičnih motoričkih sposobnosti sportaša (4P). **7.** Mjerenje i vrednovanje osobina ličnosti i kognitivnih sposobnosti sportaša (4P). **8.** Evaluacija i primjena mjernih instrumenata za procjenu tehničko taktičke pripremljenosti sportaša u modeliranju trenažnog procesa u boksu (4P) **9.** Evaluacija i primjena standardnih pokazatelja situacijske uspješnosti u modeliranju trenažnog procesa (2P) **10.** Utvrđivanje modelnih karakteristika sportaša različitih dobnih skupina u boksu (4P). Seminari (*Izrada seminarskog rada na temelju provedenog mjerenja skupine sportaša)* **1.** Dijagnostički postupci u boksu: izbor latentnih dimenzija (2S).		

	2. izbor mjernih instrumenata (1S). **3.** provedba mjerenja (2S). **4.** registracija i obrada prikupljenih podataka (2S). **5.** analiza i interpretacija rezultata (2S). **6.** prezentacija dobivenih rezultata (2S). **7.** primjena rezultata testiranja u programiranju treninga. Primjena rezultata testiranja u planiranju, programiranju i kontroli efekata treninga i natjecanja (2S). **8.** Primjena rezultata testiranja u kontroli efekata treninga i natjecanja (2S).					
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	15%	0,5	Pisani ispit		
	seminarski rad	25%	1,5	usmeni ispit	60%	3,0
				ukupno	**5 ECTS**	
obvezna literatura	Sertić, H. (2004). Osnove borilačkih sportova. Kineziološki fakultet, Zagreb. Didić E., Krznarić D. (2008.) Boks 1. Milanović D. (1997.) Priručnik za sportske trenere					
dopunska literatura	**1.** Blažević S. (2007.) Relacije morfoloških i specifičnih motoričkih dimenzija kod boksača **2.** *Blažević S., Bonacin D., Rausavljević N. (2007.)* Neke relacije između specifičnih motoričkih sposobnosti i konativnih značajki kod boksača **3.** Blažević S., Širić V. (2008.) Transformacijski model šestomjesečnog kineziološkog tretmana boksača juniora početnika **4.** Dexin Wang, Yun Zhu, Caicai Liu (2009.) Research on Technical and Tactical Features of Major Overseas Opponents of Shiming Zou in Olympic Preparations					
način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa					

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U BOKSU III. (172566)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Hvoje Sertić**	
kancelarija		155	
konzultacije		srijedom od 11.30 do 12.30 sati	
e-mail		hrvoje.sertic@kif.hr	
telefon		+38513658755	
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	obvezni
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90V	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Praktično provoditi dijagnostiku pripremljenosti sportaša primjenom jednostavnih terenskih testova te pokazatelja natjecateljske izvedbe - Metodički oblikovati složenije trenažne procese i provoditi ih u praktičnim uvjetima - Planirati i programirati konkretni trenažni proces u različitim vremenskim ciklusima - Kontrolirati učinke dobivene programiranim trenažnim procesima u sportu, rekreaciji, kondicijskoj pripremi i fitnesu		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Analiza rezultata dijagnostičkog postupka te uključivanje dobivenih rezultata u plan i program rada (10V) - Izrada plana i programa treninga u makro ciklusu, mezo ciklusu i mikro ciklusu (10V) Organizacija i provedba sportske pripreme za natjecanja (10V) - Samostalna provedba trenažnoga procesa uz kontrolu mentora (20V) - Korištenje suvremenih metoda za analizu tehnika izvedaba različitih struktura kretanja (tehnika) i struktura situacija (taktika) sportske grane (10V) - Organizacija i provedba stručnih sastanaka sa sportašima i njihovim roditeljima (5V) - Analiza učinaka provedenih trenažnih postupaka ili postupaka vježbanja u sportu, kondicijskoj pripremi, rekreaciji i fitnesu (10V) - Samostalno vođenje pojedinaca i ekipa na natjecanjima (15V)		
obveze studenata	Pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje na nastavi, rješavanje problemskih zadataka.		
praćenje rada studenata	Praktični rad	100%	5
	ukupno		**5 ECTS**
obvezna literatura			
dopunska literatura			
način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.		

SMJER – HRVANJE – VI. SEM

Šifra predmeta	PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
172583	Programiranje treninga u hrvanju	prof.dr.sc. Mario Baić	60	30	0	9
172585	Kontrola treniranosti u u hrvanju	prof.dr.sc. Mario Baić	30	15	0	5
172587	Stručno-trenerska praksa u hrvanju III.	prof.dr.sc. Mario Baić	0	0	90	5
		UKUPNO	**90**	**45**	**90**	**19**

PROGRAMIRANJE TRENINGA U HRVANJU (172583)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Mario Baić**	
Kancelarija		136	
Konzultacije		Ponedjeljkom od 13:00 do 13:30 sati putem e maila ili telefona, a od 13:30 do 14:00 u hrvačkoj dvorani, te druge dane po prethodnom dogovoru.	
e-mail		mario.baic@kif.hr	
Telefon		+38513658736	
Suradnik		**naslovni doc. dr. sc. Damir Pekas**	
Kancelarija		137	
Konzultacije		Ponedjeljkom od 13:00 do 13:30 sati u sobi 42 - mail/tlf, 13 30 - 14 00 u hrvačkoj dvorani, te u ostale termine po dogovoru putem e maila ili telefona	
e-mail		damir.pekas@kif.hr	
Telefon		+38513658737	
Suradnik		**dr. sc. Nikola Starčević**	
e-mail		nikola.starcevic@kif.hr	
vanjski suradnik		**Tomislav Mičuda, mag.cin.**	
e-mail		tomislav.micuda@kif.hr	
vanjski suradnik		**dr. sc. Kristijan Slačanac, predavač**	
e-mail		kristijan.slacanac@kif.hr	
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	specijalistički
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	9 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (60P + 30S)	očekivani broj studenata na predmetu	3
ciljevi predmeta	Svladavanje temeljnih znanja o stručnim osnovama planiranja i programiranja treninga u hrvanju u skladu s posebnošću periodizacije, kalendarom natjecanja i dopustivim mjerama oporavka. Studenti će se steći potrebne informacije o izradbi plana i programa trenažnog procesa u dugoročnom, srednjoročnom i kratkoročnom razdoblju sportske pripreme.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Stručni studij obrazuje trenere sa temeljnom stručnom kvalifikacijom za obavljanje stručnih poslova u hrvanju. Ova stručna razina trenerske izobrazbe omogućit će završenim studentima potrebna znanja za uspješno planiranje, programiranje i kontrolu procesa treniranja u hrvanju utemeljenog na spoznajama o aktualnom stanju treniranosti prognoziranim stanjima u budućnosti kao i uvjetima u kojima se trenažni procesi odvijaju.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Studenti će steći znanja koji će ih kvalificirati za planiranje i programiranje trenažnog procesa u hrvanju koji je bio predmet njihova interesa. - Znanja o osnovnim kineziološkim i antropološkim zakonitostima za uspješno planiranje treninga kao i metodičkim zakonitostima za uspješno programiranje rada sa selekcioniranim skupinama hrvača. - Razumijevanje rezultata dijagnostičkih postupaka za utvrđivanje antropoloških obilježja hrvača uključenih u trenažni proces - Naučiti osnovne postupke za testiranje inicijalnog stanja treniranosti i kontrolu postignutih efekata treninga i natjecateljskih postignuća. - Studenti će naučiti kako izraditi konkretan plan i program treninga za hrvače različitog načina borenja (klasičnim, slobodnim, grappling..), spola, dobi, težinske kategorije i		

sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Primjena općih principa i pravila u planiranju i programiranju treninga u hrvanju. (2P) 2. Sportski trening u hrvanju kao transformacijski proces: Upravljanje stanjima treniranosti i sportske forme u višegodišnjem i jednogodišnjem ciklusu; (2P) 3. Utvrđivanje modelnih karakteristika hrvača različitog načina borenja i spola. (2P) 4. Mjerenje i vrednovanje antropometrijskih karakteristika, funkcionalnih sposobnosti, biokemijskih varijabli, bazičnih i specifičnih motoričkih sposobnosti u funkciji određivanja ciljeva trenažnog procesa. (2P) 5. Osnovni informatički sustavi za registraciju i analizu natjecateljske aktivnosti. (2P) 6. Mjerenje i vrednovanje inicijalnog, tranzitivnih i finalnog stanja sportske forme. (2P + 2S) 7. Vrste sportskih natjecanja; planiranje i provedba nastupa i izvedbe (2P + 2S) 8. Opterećenja i njihov raspored kao osnova za primjenu mjera oporavka u različitim ciklusima sportske pripreme u hrvanju (2P + 2S) 9. Cikličnost sportske pripreme u odnosu na specifičnosti kalendara natjecanja u hrvanju. (2P) 10. Primjena različitih metoda planiranja i programiranja treninga: (simultano, mrežno, statističke metode) (2P) 11. Individualizacija trenažnog procesa u hrvanju. (2P) 12. Periodizacija višegodišnjeg ciklusa sportske pripreme: početak sustavnog treninga, zrela sportska dob, etapa najviših sportskih dostignuća. (2P) 13. Specifičnosti planiranja i programiranja treninga mlađih dobnih kategorija u hrvanju. (2P) 14. Specifičnosti modeliranja plana i programa treninga u mlađim dobnim kategorijama: 11-13-15-17 godina. (2P) 15. Plan i program rada u osnovnoj sportskoj školi hrvanja (2P + 2S) 16. Plan i program rada u specijalizirajućoj sportskoj školi hrvanja (2P + 2S) 17. Plan i program rada u etapi završne sportske specijalizacije u hrvanju (2P + 2S) 18. Planiranje i programiranje treninga reprezentativnih selekcija(2P + 2S) 19. Olimpijski ciklus treninga: selekcija kandidata i testiranje trenažnog makrociklusa s kalendarom natjecanja u olimpijskoj godini. (2P) 20. Godišnji ciklus treninga: dužina pripremnog razdoblja, trajanje natjecateljskog razdoblja. Jednostruka, dvostruka ili trostruka periodizacija godišnjeg ciklusa treninga u hrvanju. (2P) 21. Standardi i norme ukupnog godišnjeg opterećenja u hrvanju. (2P) 22. Izrada plana i programa rada u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom periodu. Specifičnosti organizacije i provedbe treninga u pripremnom razdoblju - dvije, tri ili četiri faze. Period natjecanja - jedna ili dvije faze. (2P + 2S) 23. Struktura i pokazatelji sumarnog opterećenja treninga u mezociklusu. Specifičnosti pripremnoga i natjecateljskog mezociklusa u hrvanju. (2P) 24. Struktura i pokazatelji sumarnog opterećenja treninga u mikrociklusu. Specifičnosti pripremnoga i natjecateljskog mikrociklusa u hrvanju. (2P) 25. Izrada plana i programa treninga u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom mikrociklusu u hrvanju. (2P + 2S) 26. Pojedinačni trening, utakmica, pripreme izvan mjesta stanovanja, sportsko-rekreacijske aktivnosti. (2P) 27. Interna struktura, organizacija izrada i provedba plana i programa pojedinačnog treninga u hrvanju. (2P + 2S) 28. Okolinski čimbenici u funkciji uspješnog planiranja i programiranja treninga u hrvanju. (2P + 2S) 29. Stručno-pedagoški standard i kriteriji uspješnosti trenerskog rada u hrvanju. (2P)

	30. Stručna praksa s mlađim dobnim skupinama u hrvanju. (2P) 31. Seminari i vježbe u planiranju i programiranju treninga: izradba individualnih, skupnih i ekipnih programa rada u hrvanju. (4S) 32. Vođenje dnevnika rada u hrvanju (4S)					
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	5%	0,5	Pisani ispit	28%	2,5
	seminarski rad	22%	2	usmeni ispit	45%	4
				ukupno	**9 ECTS**	
obvezna literatura	Marić, J., Baić, M., Cvetković, Č. (2007). Primjena hrvanja u ostalim sportovima. Marić, J. (1990). Rvanje slobodnim načinom. Zagreb: Sportska tribina. Marić, J. (1985). Rvanje klasičnim načinom. Zagreb: Sportska tribina.					
dopunska literatura	1. Baić, M. (1999). Jedan od modela planiranja i programiranja treninga hrvača. (Diplomski rad), Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu (Kineziološki fakultet) Sveučilišta u Zagrebu. 2. Marić, J., B. Kuleš, S. Jerković, M. Blašković i Č. Cvetković (1996). Dijagnosticiranje i prognoziranje sportskih rezultata u hrvanju grčko-rimskim načinom. Zbornik radova III. Konferencije o sportu Alpe-Jadran, Rovinj. 3. Novikov, A. (1980). Basic principles of prepatation and training in modern wrestling. FILA. Novi Sad. Forum. 4. Petrov, R., Dobrev, D., Berberov, N., Makaveev, O. (1977). Svobodna i klasičeska borba. Medicina i fizkultura, Sofija (prijevod na hrvatski s bugarskog).					
način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa					

KONTROLA TRENIRANOSTI U U HRVANJU (172585)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Mario Baić**	
Kancelarija		136	
Konzultacije		Ponedjeljkom od 13:00 do 13:30 sati putem e maila ili telefona, a od 13:30 do 14:00 u hrvačkoj dvorani, te druge dane po prethodnom dogovoru.	
e-mail		mario.baic@kif.hr	
Telefon		+38513658736	
Suradnik		**naslovni doc. dr. sc. Damir Pekas**	
Kancelarija		137	
Konzultacije		Ponedjeljkom od 13:00 do 13:30 sati u sobi 42 - mail/tlf, 13 30 - 14 00 u hrvačkoj dvorani, te u ostale termine po dogovoru putem e maila ili telefona	
e-mail		damir.pekas@kif.hr	
Telefon		+38513658737	
Suradnik		**dr. sc. Nikola Starčević**	
e-mail		nikola.starcevic@kif.hr	
vanjski suradnik		**Tomislav Mičuda, mag.cin.**	
e-mail		tomislav.micuda@kif.hr	
vanjski suradnik		**dr. sc. Kristijan Slačanac, predavač**	
e-mail		kristijan.slacanac@kif.hr	
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	specijalistički
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica + terenska nastava		
način izvođenja nastave	45 (30P + 15S)	očekivani broj studenata na predmetu	3
ciljevi predmeta	Cilj predmeta jest studentima omogućiti stjecanje znanja o važnosti kontrole treniranosti sportaša u hrvanju. Studentima će moći pratiti i vrednovati efekte trenažnih procesa u dugoročnom, srednjoročnom i kratkoročnom razdoblju sportske pripreme.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Ovaj stručni studij omogućit će završenim studentima razinu znanja o dijagnostičkim postupcima za objektivnu procjenu stanja treniranosti kao i tehnologijama kontrole efekata primjene procesa treniranja i natjecanja u hrvanju.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Temeljna znanja o hijerarhijskoj strukturi sposobnosti, osobina i motoričkih znanja odgovornih za uspjeh u hrvanju koje su pogodne za utvrđivanje stanja treniranosti. - Znanja i vještine za odabir i provedbu dijagnostičkih postupaka u cilju utvrđivanja stanja pripremljenosti sportaša u hrvanju. - Razumijevanje i primjena rezultata dijagnostičkih postupaka u provođenju trenažnih procesa sa različitim skupinama sportaša prema kriteriju različitog načina borenja, dobi, spola, težinske kategorije i razine kvalitete. - Primjena osnovnih statističkih metoda za kontrolu trenažnih procesa u hrvanju.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja 1. Definicija i sadržaj kontrole treniranosti u hrvanju (2P) . 2. Mjerenje i vrednovanje inicijalnog, tranzitivnih i finalnog stanja treniranosti i sportske forme u hrvanju (4P).		

	3. Mjerenje i vrednovanje antropometrijskih karakteristika hrvača(2P). 4. Mjerenje i vrednovanje funkcionalnih sposobnosti hrvača. (2P) . 5. Mjerenje i vrednovanje biokemijskih varijabli hrvača (2P). 6. Mjerenje i vrednovanje bazičnih i specifičnih motoričkih sposobnosti hrvača (4P). 7. Mjerenje i vrednovanje osobina ličnosti i kognitivnih sposobnosti hrvača (4P). 8. Evaluacija i primjena mjernih instrumenata za procjenu tehničko taktičke pripremljenosti sportaša u modeliranju trenažnog procesa u hrvanju (4P) 9. Evaluacija i primjena standardnih pokazatelja situacijske uspješnosti u modeliranju trenažnog procesa (2P) 10. Utvrđivanje modelnih karakteristika hrvača različite dobi i težinske kategorije (4P). Seminari (Izrada seminarskog rada na temelju provedenog mjerenja skupine sportaša) 1. Dijagnostički postupci u hrvanju: izbor latentnih dimenzija (2S). 2. Izbor mjernih instrumenata (1S). 3. Provedba mjerenja (2S). 4. Registracija i obrada prikupljenih podataka (2S). 5. Analiza i interpretacija rezultata (2S) 6. Prezentacija dobivenih rezultata (2S). 7. Primjena rezultata testiranja u programiranju treninga. Primjena rezultata testiranja u planiranju, programiranju i kontroli efekata treninga i natjecanja (2S). 8. Primjena rezultata testiranja u kontroli efekata treninga i natjecanja (2S).
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.
praćenje rada studenata	Pohađanje nastave 15% 0,5 Pisani ispit seminarski rad 25% 1,5 usmeni ispit 60% 3,0 ukupno **5 ECTS**
obvezna literatura	2. Marić, J., Baić, M., Cvetković, Č. (2007). Primjena hrvanja u ostalim sportovima. 3. Marić, J. (1990). Rvanje slobodnim načinom. Zagreb: Sportska tribina. 4. Marić, J. (1985). Rvanje klasičnim načinom. Zagreb: Sportska tribina.
dopunska literatura	1. Baić, M. (1999). Jedan od modela planiranja i programiranja treninga hrvača. (Diplomski rad), Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu (Kineziološki fakultet) Sveučilišta u Zagrebu. 2. Marić, J., B. Kuleš, S. Jerković, M. Blašković i Č. Cvetković (1996). Dijagnosticiranje i prognoziranje sportskih rezultata u hrvanju grčko-rimskim načinom. Zbornik radova III. Konferencije o Alpe-Jadran, Rovinj. 3. Novikov, A. (1980). Basic principles of prepatation and training in modern wrestling. FILA. Novi Sad. Forum. 4. Petrov, R., Dobrev, D., Berberov, N., Makaveev, O. (1977). Svobodna i klasičeska borba. Medicina i fizkultura, Sofija (prijevod na hrvatski s bugarskog).
način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U HRVANJU III. (172587)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Mario Baić**		
Kancelarija		136		
Konzultacije		Ponedjeljkom od 13:00 do 13:30 sati putem e maila ili telefona, a od 13:30 do 14:00 u hrvačkoj dvorani, te druge dane po prethodnom dogovoru.		
e-mail		mario.baic@kif.hr		
Telefon		+38513658736		
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta		obvezni
semestar	VI.	godina studija		III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost		5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica			
način izvođenja nastave	90V	očekivani broj studenata na predmetu		3
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.			
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.			
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Praktično provoditi dijagnostiku pripremljenosti sportaša primjenom jednostavnih terenskih testova te pokazatelja natjecateljske izvedbe - Metodički oblikovati složenije trenažne procese i provoditi ih u praktičnim uvjetima - Planirati i programirati konkretni trenažni proces u različitim vremenskim ciklusima - Kontrolirati učinke dobivene programiranim trenažnim procesima u sportu, rekreaciji, kondicijskoj pripremi i fitnesu			
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Analiza rezultata dijagnostičkog postupka te uključivanje dobivenih rezultata u plan i program rada (10V) - Izrada plana i programa treninga u makro ciklusu, mezo ciklusu i mikro ciklusu (10V) Organizacija i provedba sportske pripreme za natjecanja (10V) - Samostalna provedba trenažnoga procesa uz kontrolu mentora (20V) - Korištenje suvremenih metoda za analizu tehnika izvedaba različitih struktura kretanja (tehnika) i struktura situacija (taktika) sportske grane (10V) - Organizacija i provedba stručnih sastanaka sa sportašima i njihovim roditeljima (5V) - Analiza učinaka provedenih trenažnih postupaka ili postupaka vježbanja u sportu, kondicijskoj pripremi, rekreaciji i fitnesu (10V) - Samostalno vođenje pojedinaca i ekipa na natjecanjima (15V)			
obveze studenata	Pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje na nastavi, rješavanje problemskih zadataka.			
praćenje rada studenata	Praktični rad	100%	5	
			ukupno	**5 ECTS**
obvezna literatura				
dopunska literatura				
način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.			

SMJER – JUDO – VI. SEM

Šifra predmeta	PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
172648	Programiranje treninga u judu	prof.dr.sc. Hrvoje Sertić izv.prof. dr. sc. Ivan Segedi	60	30	0	9
172649	Kontrola treniranosti u u judu	prof.dr.sc. Hrvoje Sertić izv.prof. dr. sc. Ivan Segedi	30	15	0	5
172650	Stručno-trenerska praksa u judu III.	prof.dr.sc. Hrvoje Sertić izv.prof. dr. sc. Ivan Segedi	0	0	90	5
		UKUPNO	**90**	**45**	**90**	**19**

PROGRAMIRANJE TRENINGA U JUDU (172648)

Nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Hvoje Sertić**	
Kancelarija		155	
Konzultacije		srijedom od 11.30 do 12.30 sati	
e-mail		hrvoje.sertic@kif.hr	
Telefon		+38513658755	
Nositelj predmeta		**izv.prof. dr. sc. Ivan Segedi**	
Kancelarija		140/1	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		ivan.segedi@kif.hr	
Telefon		+38513658739	
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	specijalistički
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	9 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (60P + 30S)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Svladavanje temeljnih znanja o stručnim osnovama planiranja i programiranja treninga u judu u skladu s posebnošću periodizacije, kalendarom natjecanja i dopustivim mjerama oporavka. Studenti će se steći potrebne informacije o izradbi plana i programa trenažnog procesa u dugoročnom, srednjoročnom i kratkoročnom razdoblju sportske pripreme judaša.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Stručni studij obrazuje trenere sa temeljnom stručnom kvalifikacijom za obavljanje stručnih poslova u judu. Ova stručna razina trenerske izobrazbe omogućit će završenim studentima potrebna znanja za uspješno planiranje, programiranje i kontrolu procesa treniranja u sportskoj grani utemeljenog na spoznajama o aktualnom stanju treniranosti prognoziranim stanjima u budućnosti kao i uvjetima u kojima se trenažni procesi odvijaju.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Studenti će steći znanja koji će ih kvalificirati za planiranje i programiranje trenažnog procesa u judu koji je bio predmet njihova interesa. - Znanja o osnovnim kineziološkim i antropološkim zakonitostima za uspješno planiranje treninga kao i metodičkim zakonitostima za uspješno programiranje rada sa selekcioniranim skupinama sportaša. - Razumijevanje rezultata dijagnostičkih postupaka za utvrđivanje antropoloških obilježja sportaša uključenih u trenažni proces u judu - Naučiti osnovne postupke za testiranje inicijalnog stanja treniranosti i kontrolu postignutih efekata treninga i natjecateljskih postignuća. - Studenti će naučiti kako izraditi konkretan plan i program treninga za judaše i sportske ekipe različite dobi, spola i kvalitete u višegodišnjem (perspektivno planiranje i programiranje) i jednogodišnjem (kratkoročno planiranje i programiranje) ciklusu sportske pripreme.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Primjena općih principa i pravila u planiranju i programiranju treninga u judu. (2P) 2. Sportski trening u judu kao transformacijski proces: Upravljanje stanjima treniranosti i sportske forme u višegodišnjem i jednogodišnjem ciklusu; (2P) 3. Utvrđivanje modelnih karakteristika sportaša različitih dobnih skupina. (2P) 4. Mjerenje i vrednovanje antropometrijskih karakteristika, funkcionalnih sposobnosti, biokemijskih varijabli, bazičnih i specifičnih motoričkih sposobnosti u funkciji određivanja ciljeva trenažnog procesa. (2P)		

	5. Osnovni informatički sustavi za registraciju i analizu natjecateljske aktivnosti. (2P) 6. Mjerenje i vrednovanje inicijalnog, tranzitivnih i finalnog stanja sportske forme. (2P + 2S) 7. Vrste sportskih natjecanja; planiranje i provedba nastupa i izvedbe (2P + 2S) 8. Opterećenja i njihov raspored kao osnova za primjenu mjera oporavka u različitim ciklusima sportske pripreme u judu (2P + 2S) 9. Cikličnost sportske pripreme u odnosu na specifičnosti kalendara natjecanja u judu. (2P) 10. Primjena različitih metoda planiranja i programiranja treninga: (simultano, mrežno, statističke metode) (2P) 11. Individualizacija trenažnog procesa u judu. (2P) 12. Periodizacija višegodišnjeg ciklusa sportske pripreme: početak sustavnog treninga, zrela sportska dob, etapa najviših sportskih dostignuća. (2P) 13. Specifičnosti planiranja i programiranja treninga mlađih dobnih kategorija u judu. (2P) 14. Specifičnosti modeliranja plana i programa treninga u mlađim dobnim kategorijama: 8-10-12-14-16-18 godina. (2P) 15. Plan i program rada u osnovnoj sportskoj školi sporta (2P + 2S) 16. Plan i program rada u specijalizirajućoj sportskoj školi sporta (2P + 2S) 17. Plan i program rada u etapi završne sportske specijalizacije u judu (2P + 2S) 18. Planiranje i programiranje treninga reprezentativnih selekcija(2P + 2S) 19. Olimpijski ciklus treninga: selekcija kandidata i testiranje trenažnog makrociklusa s kalendarom natjecanja u olimpijskoj godini. (2P) 20. Godišnji ciklus treninga: dužina pripremnog razdoblja, trajanje natjecateljskog razdoblja. Jednostruka, dvostruka ili trostruka periodizacija godišnjeg ciklusa treninga u judu. (2P) 21. Standardi i norme ukupnog godišnjeg opterećenja u judu. (2P) 22. Izrada plana i programa rada u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom periodu. Specifičnosti organizacije i provedbe treninga u pripremnom razdoblju - dvije, tri ili četiri faze. Period natjecanja - jedna ili dvije faze. (2P + 2S) 23. Struktura i pokazatelji sumarnog opterećenja treninga u mezociklusu. Specifičnosti pripremnoga i natjecateljskog mezociklusa u judu. (2P) 24. Struktura i pokazatelji sumarnog opterećenja treninga u mikrociklusu. Specifičnosti pripremnoga i natjecateljskog mikrociklusa u judu. (2P) 25. Izrada plana i programa treninga u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom mikrociklusu u judu. (2P + 2S) 26. Pojedinačni trening, utakmica, pripreme izvan mjesta stanovanja, sportsko-rekreacijske aktivnosti. (2P) 27. Interna struktura, organizacija izrada i provedba plana i programa pojedinačnog treninga u judu. (2P + 2S) 28. Okolinski čimbenici u funkciji uspješnog planiranja i programiranja treninga u judu. (2P + 2S) 29. Stručno-pedagoški standard i kriteriji uspješnosti trenerskog rada u judu. (2P) 30. Stručna praksa s mlađim dobnim skupinama u judu. (2P) 31. Seminari i vježbe u planiranju i programiranju treninga: izradba individualnih, skupnih i ekipnih programa rada u judu. (4S) 32. Vođenje dnevnika rada u judu (4S)
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.

praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	5%	0,5	Pisani ispit	28%	2,5
	seminarski rad	22%	2	usmeni ispit	45%	4
				ukupno	**9 ECTS**	

obvezna literatura	1. Sertić, H. (2004). Osnove borilačkih sportova. Zagreb: Kineziološki fakultet.

	2. Lucić, J., Gržeta, M. (2000). Judo u hrvatskoj vojsci. Zagreb: Ministarstvo obrane Republike Hrvatske. 3. Lucić, J., Gržeta, M. (2006). Judo u hrvatskoj vojsci – knjiga druga. Zagreb: Ministarstvo obrane Republike Hrvatske.
dopunska literatura	1. Sertić, H., Segedi, I., Prskalo, I. (2010). Dinamika razvoja antropoloških obilježja tijekom dvogodišnjeg perioda kod nesportaša, dječaka koji se bave momčadskim športovima i judaša. Napredak, Vol.151 (3-4);466-481. 2. Sertić, H., Segedi, I., Cvetković, Č., Baić, M. (2008). Influence of a programmed judo training on changes of anthropological features in children attending sport schools. IDO-Movement for Culture, Vol. 9(1); 181-189.
način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

KONTROLA TRENIRANOSTI U U JUDU (172649)

Nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Hvoje Sertić**	
Kancelarija		155	
Konzultacije		srijedom od 11.30 do 12.30 sati	
e-mail		hrvoje.sertic@kif.hr	
Telefon		+38513658755	
Nositelj predmeta		**izv.prof. dr. sc. Ivan Segedi**	
Kancelarija		140/1	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		ivan.segedi@kif.hr	
Telefon		+38513658739	
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	specijalistički
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica + terenska nastava		
način izvođenja nastave	45 (30P + 15S)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta jest studentima omogućiti stjecanje znanja o važnosti kontrole treniranosti sportaša u judu. Studentima će moći pratiti i vrednovati efekte trenažnih procesa u dugoročnom, srednjoročnom i kratkoročnom razdoblju sportske pripreme.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Ovaj stručni studij omogućit će završenim studentima razinu znanja o dijagnostičkim postupcima za objektivnu procjenu stanja treniranosti kao i tehnologijama kontrole efekata primjene procesa treniranja i natjecanja u sportskoj grani.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Temeljna znanja o hijerarhijskoj strukturi sposobnosti, osobina i motoričkih znanja odgovornih za uspjeh u judu koje su pogodne za utvrđivanje stanja treniranosti. - Znanja i vještine za odabir i provedbu dijagnostičkih postupaka u cilju utvrđivanja stanja pripremljenosti sportaša u judu. - Razumijevanje i primjena rezultata dijagnostičkih postupaka u provođenju trenažnih procesa sa različitim skupinama sportaša prema kriteriju dobi, spola i razine kvalitete. - Primjena osnovnih statističkih metoda za kontrolu trenažnih procesa u judu.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	***Predavanja*** 1. Definicija i sadržaj kontrole treniranosti u judu (2P). 2. Mjerenje i vrednovanje inicijalnog, tranzitivnih i finalnog stanja treniranosti i sportske forme u judu (4P). 3. Mjerenje i vrednovanje antropometrijskih karakteristika judaša (2P). 4. Mjerenje i vrednovanje funkcionalnih sposobnosti judaša (2P). 5. Mjerenje i vrednovanje biokemijskih varijabli judaša (2P). 6. Mjerenje i vrednovanje bazičnih i specifičnih motoričkih sposobnosti judaša (4P). 7. Mjerenje i vrednovanje osobina ličnosti i kognitivnih sposobnosti judaša (4P). 8. Evaluacija i primjena mjernih instrumenata za procjenu tehničko taktičke pripremljenosti sportaša u modeliranju trenažnog procesa u judu (4P) 9. Evaluacija i primjena standardnih pokazatelja situacijske uspješnosti u modeliranju trenažnog procesa (2P) 10. Utvrđivanje modelnih karakteristika sportaša različitih dobnih skupina u judu (4P).		

	Seminari (Izrada seminarskog rada na temelju provedenog mjerenja skupine sportaša) 1. Dijagnostički postupci u judu: izbor latentnih dimenzija (2S). 2. izbor mjernih instrumenata (1S). 3. provedba mjerenja (2S). 4. registracija i obrada prikupljenih podataka (2S). 5. analiza i interpretacija rezultata (2S). 6. prezentacija dobivenih rezultata (2S). 7. primjena rezultata testiranja u programiranju treninga. Primjena rezultata testiranja u planiranju, programiranju i kontroli efekata treninga i natjecanja (2S). 8. Primjena rezultata testiranja u kontroli efekata treninga i natjecanja (2S).
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.

praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	15%	0,5	Pisani ispit		
	seminarski rad	25%	1,5	usmeni ispit	60%	3,0
				ukupno	**5 ECTS**	

obvezna literatura	5. Sertić, H. (2004). Osnove borilačkih sportova. Zagreb: Kineziološki fakultet. 6. Lucić, J., Gržeta, M. (2000). Judo u hrvatskoj vojsci. Zagreb: Ministarstvo obrane Republike Hrvatske. 7. Lucić, J., Gržeta, M. (2006). Judo u hrvatskoj vojsci – knjiga druga. Zagreb: Ministarstvo obrane Republike Hrvatske.
dopunska literatura	1. Sertić, H., Segedi, I., Prskalo, I. (2010). Dinamika razvoja antropoloških obilježja tijekom dvogodišnjeg perioda kod nesportaša, dječaka koji se bave momčadskim športovima i judaša. Napredak, Vol.151 (3-4);466-481. 2. Sertić, H., Segedi, I., Cvetković, Č., Baić, M. (2008). Influence of a programmed judo training on changes of anthropological features in children attending sport schools. IDO-Movement for Culture, Vol. 9(1); 181-189.
način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U JUDU III. (172650)

Nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Hvoje Sertić**		
Kancelarija		155		
Konzultacije		srijedom od 11.30 do 12.30 sati		
e-mail		hrvoje.sertic@kif.hr		
Telefon		+38513658755		
Nositelj predmeta		**izv.prof. dr. sc. Ivan Segedi**		
Kancelarija		140/1		
Konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a		
e-mail		ivan.segedi@kif.hr		
Telefon		+38513658739		
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta		obvezni
semestar	VI.	godina studija		III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost		5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica			
način izvođenja nastave	90V	očekivani broj studenata na predmetu		1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.			
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.			
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Praktično provoditi dijagnostiku pripremljenosti sportaša primjenom jednostavnih terenskih testova te pokazatelja natjecateljske izvedbe - Metodički oblikovati složenije trenažne procese i provoditi ih u praktičnim uvjetima - Planirati i programirati konkretni trenažni proces u različitim vremenskim ciklusima - Kontrolirati učinke dobivene programiranim trenažnim procesima u sportu, rekreaciji, kondicijskoj pripremi i fitnesu			
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Analiza rezultata dijagnostičkog postupka te uključivanje dobivenih rezultata u plan i program rada (10V) - Izrada plana i programa treninga u makro ciklusu, mezo ciklusu i mikro ciklusu (10V) Organizacija i provedba sportske pripreme za natjecanja (10V) - Samostalna provedba trenažnoga procesa uz kontrolu mentora (20V) - Korištenje suvremenih metoda za analizu tehnika izvedaba različitih struktura kretanja (tehnika) i struktura situacija (taktika) sportske grane (10V) - Organizacija i provedba stručnih sastanaka sa sportašima i njihovim roditeljima (5V) - Analiza učinaka provedenih trenažnih postupaka ili postupaka vježbanja u sportu, kondicijskoj pripremi, rekreaciji i fitnesu (10V) - Samostalno vođenje pojedinaca i ekipa na natjecanjima (15V)			
obveze studenata	Pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje na nastavi, rješavanje problemskih zadataka.			
praćenje rada studenata	Praktični rad	100%	5	
			ukupno	**5 ECTS**
obvezna literatura				
dopunska literatura				

način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.

SMJER – KICKBOXING – VI. SEM

Šifra predmeta	PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
172657	Programiranje treninga u kickboxingu	prof.dr.sc. Hrvoje Sertić	60	30	0	9
172658	Kontrola treniranosti u u kickboxingu	prof.dr.sc. Hrvoje Sertić	30	15	0	5
172659	Stručno-trenerska praksa u kickboxingu II.	prof.dr.sc. Hrvoje Sertić	0	0	90	5
		UKUPNO	**90**	**45**	**90**	**19**

PROGRAMIRANJE TRENINGA U KICKBOXINGU (172657)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Hvoje Sertić**	
kancelarija		155	
konzultacije		srijedom od 11.30 do 12.30 sati	
e-mail		hrvoje.sertic@kif.hr	
telefon		+38513658755	
vanjski suradnik		**dr. sc. Marko Žaja**	
e-mail		marko.zaja@kif.hr	
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	specijalistički
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	9 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (60P + 30S)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Svladavanje temeljnih znanja o stručnim osnovama planiranja i programiranja treninga u kickboxingu u skladu s posebnošću periodizacije, kalendarom natjecanja i dopustivim mjerama oporavka. Studenti će se steći potrebne informacije o izradbi plana i programa trenažnog procesa u dugoročnom, srednjoročnom i kratkoročnom razdoblju sportske pripreme u kickboxingu.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Preddiplomski stručni studij obrazuje trenere sa temeljnom stručnom kvalifikacijom za obavljanje stručnih poslova u kickboxingu. Ova stručna razina trenerske izobrazbe omogućit će završenim studentima potrebna znanja za uspješno planiranje, programiranje i kontrolu procesa treniranja u sportskoj grani utemeljenog na spoznajama o aktualnom stanju treniranosti prognoziranim stanjima u budućnosti kao i uvjetima u kojima se trenažni procesi odvijaju.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Studenti će steći znanja koji će ih kvalificirati za planiranje i programiranje trenažnog procesa u kickboxingu koji je bio predmet njihova interesa. - Znanja o osnovnim kineziološkim i antropološkim zakonitostima za uspješno planiranje treninga kao i metodičkim zakonitostima za uspješno programiranje rada sa selekcioniranim skupinama sportaša. - Razumijevanje rezultata dijagnostičkih postupaka za utvrđivanje antropoloških obilježja sportaša uključenih u trenažni proces u kickboxingu. - Naučiti osnovne postupke za testiranje inicijalnog stanja treniranosti i kontrolu postignutih efekata treninga i natjecateljskih postignuća. - Studenti će naučiti kako izraditi konkretan plan i program treninga za sportaše i sportske ekipe različite dobi, spola i kvalitete u višegodišnjem (perspektivno planiranje i programiranje) i jednogodišnjem (kratkoročno planiranje i programiranje) ciklusu sportske pripreme.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Primjena općih principa i pravila u planiranju i programiranju treninga u kickboxingu. (2P) 2. Sportski trening u kickboxingu kao transformacijski proces: Upravljanje stanjima treniranosti i sportske forme u višegodišnjem i jednogodišnjem ciklusu; (2P) 3. Utvrđivanje modelnih karakteristika sportaša različitih dobnih skupina. (2P) 4. Mjerenje i vrednovanje antropometrijskih karakteristika, funkcionalnih sposobnosti, biokemijskih varijabli, bazičnih i specifičnih motoričkih sposobnosti u funkciji određivanja ciljeva trenažnog procesa. (2P) 5. Osnovni informatički sustavi za registraciju i analizu kickboxinga. (2P)		

	6. Mjerenje i vrednovanje inicijalnog, tranzitivnih i finalnog stanja sportske forme. (2P + 2S) 7. Vrste sportskih natjecanja; planiranje i provedba nastupa i izvedbe (2P + 2S) 8. Opterećenja i njihov raspored kao osnova za primjenu mjera oporavka u različitim ciklusima sportske pripreme u kickboxingu (2P + 2S) 9. Cikličnost sportske pripreme u odnosu na specifičnosti kalendara natjecanja u kickboxingu. (2P) 10. Primjena različitih metoda planiranja i programiranja treninga: (simultano, mrežno, statističke metode) (2P) 11. Individualizacija trenažnog procesa u kickboxingu. (2P) 12. Periodizacija višegodišnjeg ciklusa sportske pripreme: početak sustavnog treninga, zrela sportska dob, etapa najviših sportskih dostignuća. (2P) 13. Specifičnosti planiranja i programiranja treninga mlađih dobnih kategorija u kickboxingu. (2P) 14. Specifičnosti modeliranja plana i programa treninga u mlađim dobnim kategorijama: 8-10-12-14-16-18 godina. (2P) 15. Plan i program rada u osnovnoj sportskoj školi sporta (2P + 2S) 16. Plan i program rada u specijaliziranoj sportskoj školi sporta (2P + 2S) 17. Plan i program rada u etapi završne sportske specijalizacije u kickboxingu (2P + 2S) 18. Planiranje i programiranje treninga reprezentativnih selekcija(2P + 2S) 19. Olimpijski ciklus treninga: selekcija kandidata i testiranje trenažnog makrociklusa s kalendarom natjecanja u olimpijskoj godini. (2P) 20. Godišnji ciklus treninga: dužina pripremnog razdoblja, trajanje natjecateljskog razdoblja. Jednostruka, dvostruka ili trostruka periodizacija godišnjeg ciklusa treninga u kickboxingu. (2P) 21. Standardi i norme ukupnog godišnjeg opterećenja u kickboxingu. (2P) 22. Izrada plana i programa rada u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom periodu. Specifičnosti organizacije i provedbe treninga u pripremnom razdoblju - dvije, tri ili četiri faze. Period natjecanja - jedna ili dvije faze. (2P + 2S) 23. Struktura i pokazatelji sumarnog opterećenja treninga u mezociklusu. Specifičnosti pripremnoga i natjecateljskog mezociklusa u kickboxingu. (2P) 24. Struktura i pokazatelji sumarnog opterećenja treninga u mikrociklusu. Specifičnosti pripremnoga i natjecateljskog mikrociklusa u kickboxingu. (2P) 25. Izrada plana i programa treninga u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom mikrociklusu u kickboxingu. (2P + 2S) 26. Pojedinačni trening, utakmica, pripreme izvan mjesta stanovanja, sportsko-rekreacijske aktivnosti. (2P) 27. Interna struktura, organizacija izrada i provedba plana i programa pojedinačnog treninga u kickboxingu. (2P + 2S) 28. Okolinski čimbenici u funkciji uspješnog planiranja i programiranja treninga u kickboxingu. (2P + 2S) 29. Stručno-pedagoški standard i kriteriji uspješnosti trenerskog rada u kickboxingu. (2P) 30. Stručna praksa s mlađim dobnim skupinama u kickboxingu. (2P) 31. Seminari i vježbe u planiranju i programiranju treninga: izradba individualnih, skupnih i ekipnih programa rada u kickboxingu. (4S) **33.** Vođenje dnevnika rada u kickboxingu (4S)
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.

praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	5%	0,5	Pisani ispit	28%	2,5
	seminarski rad	22%	2	usmeni ispit	45%	4
				ukupno	**9 ECTS**	

obvezna literatura	Sertić, H. (2004). Osnove borilačkih sportova. Kineziološki fakultet, Zagreb. Didić E., Krznarić D. (2008.) Boks Milanović D. (1997.) Priručnik za sportske trenere
dopunska literatura	1. Sitar V. (2001.) Kikboks nastanek in razvoj v svetu in pri nas **2.** Sitar V. (2004.) Tehnike i taktike borbe

način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

KONTROLA TRENIRANOSTI U U KICKBOXINGU (172658)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Hvoje Sertić**	
kancelarija		155	
konzultacije		srijedom od 11.30 do 12.30 sati	
e-mail		hrvoje.sertic@kif.hr	
telefon		+38513658755	
vanjski suradnik		**dr. sc. Marko Žaja**	
e-mail		marko.zaja@kif.hr	
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	specijalistički
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica + terenska nastava		
način izvođenja nastave	45 (30P + 15S)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta jest studentima omogućiti stjecanje znanja o važnosti kontrole treniranosti sportaša u kickboxingu. Studentima će moći pratiti i vrednovati efekte trenažnih procesa u dugoročnom, srednjoročnom i kratkoročnom razdoblju sportske pripreme.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Ovaj stručni studij omogućit će završenim studentima razinu znanja o dijagnostičkim postupcima za objektivnu procjenu stanja treniranosti kao i tehnologijama kontrole efekata primjene procesa treniranja i natjecanja u sportskoj grani.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Temeljna znanja o hijerarhijskoj strukturi sposobnosti, osobina i motoričkih znanja odgovornih za uspjeh u kickboxingu koje su pogodne za utvrđivanje stanja treniranosti. - Znanja i vještine za odabir i provedbu dijagnostičkih postupaka u cilju utvrđivanja stanja pripremljenosti u kickboksača. - Razumijevanje i primjena rezultata dijagnostičkih postupaka u provođenju trenažnih procesa sa različitim skupinama sportaša prema kriteriju dobi, spola i razine kvalitete. - Primjena osnovnih statističkih metoda za kontrolu trenažnih procesa u kickboxingu.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja 1. Definicija i sadržaj kontrole treniranosti u kickboxingu (2P) . 2. Mjerenje i vrednovanje inicijalnog, tranzitivnih i finalnog stanja treniranosti i sportske forme u kickboxingu (4P). 3. Mjerenje i vrednovanje antropometrijskih karakteristika sportaša (2P). 4. Mjerenje i vrednovanje funkcionalnih sposobnosti sportaša. (2P) . 5. Mjerenje i vrednovanje biokemijskih varijabli sportaša (2P). 6. Mjerenje i vrednovanje bazičnih i specifičnih motoričkih sposobnosti sportaša (4P). 7. Mjerenje i vrednovanje osobina ličnosti i kognitivnih sposobnosti sportaša (4P). 8. Evaluacija i primjena mjernih instrumenata za procjenu tehničko taktičke pripremljenosti sportaša u modeliranju trenažnog procesa u kickboxingu (4P) 9. Evaluacija i primjena standardnih pokazatelja situacijske uspješnosti u modeliranju trenažnog procesa (2P) 10. Utvrđivanje modelnih karakteristika sportaša različitih dobnih skupina u kickboxingu (4P).		

	Seminari (*Izrada seminarskog rada na temelju provedenog mjerenja skupine sportaša)* 1. Dijagnostički postupci u kickboxingu: izbor latentnih dimenzija (2S). 2. izbor mjernih instrumenata (1S). 3. provedba mjerenja (2S). 4. registracija i obrada prikupljenih podataka (2S). 5. analiza i interpretacija rezultata (2S). 6. prezentacija dobivenih rezultata (2S). 7. primjena rezultata testiranja u programiranju treninga. Primjena rezultata testiranja u planiranju, programiranju i kontroli efekata treninga i natjecanja (2S). **9.** Primjena rezultata testiranja u kontroli efekata treninga i natjecanja (2S).					
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	15%	0,5	Pisani ispit	%	
	seminarski rad	25%	1,5	usmeni ispit	60%	3,0
				ukupno	**5 ECTS**	
obvezna literatura	Sertić, H. (2004). Osnove borilačkih sportova. Kineziološki fakultet, Zagreb. Didić E., Krznarić D. (2008.) Boks 8. Milanović D. (1997.) Priručnik za sportske trenere					
dopunska literatura	1. Sitar V. (2001.) Kikboks nastanek in razvoj v svetu in pri nas 2. Sitar V. (2004.) Tehnike i taktike borbe **3.** Dexin Wang, Yun Zhu, Caicai Liu (2009.) Research on Technical and Tactical Features of Major Overseas Opponents of Shiming Zou in Olympic Preparations					
način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa					

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U KICKBOXINGU III. (172659)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Hvoje Sertić**	
kancelarija		155	
konzultacije		srijedom od 11.30 do 12.30 sati	
e-mail		hrvoje.sertic@kif.hr	
telefon		+38513658755	
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	obvezni
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90V	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Praktično provoditi dijagnostiku pripremljenosti sportaša primjenom jednostavnih terenskih testova te pokazatelja natjecateljske izvedbe - Metodički oblikovati složenije trenažne procese i provoditi ih u praktičnim uvjetima - Planirati i programirati konkretni trenažni proces u različitim vremenskim ciklusima - Kontrolirati učinke dobivene programiranim trenažnim procesima u sportu, rekreaciji, kondicijskoj pripremi i fitnesu		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Analiza rezultata dijagnostičkog postupka te uključivanje dobivenih rezultata u plan i program rada (10V) - Izrada plana i programa treninga u makro ciklusu, mezo ciklusu i mikro ciklusu (10V) Organizacija i provedba sportske pripreme za natjecanja (10V) - Samostalna provedba trenažnoga procesa uz kontrolu mentora (20V) - Korištenje suvremenih metoda za analizu tehnika izvedaba različitih struktura kretanja (tehnika) i struktura situacija (taktika) sportske grane (10V) - Organizacija i provedba stručnih sastanaka sa sportašima i njihovim roditeljima (5V) - Analiza učinaka provedenih trenažnih postupaka ili postupaka vježbanja u sportu, kondicijskoj pripremi, rekreaciji i fitnesu (10V) - Samostalno vođenje pojedinaca i ekipa na natjecanjima (15V)		
obveze studenata	Pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje na nastavi, rješavanje problemskih zadataka.		
praćenje rada studenata	Praktični rad	100%	5
		ukupno	**5 ECTS**
obvezna literatura			
dopunska literatura			
način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.		

SMJER – KONJIČKI SPORT – VI. SEM

Šifra predmeta	PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
172666	Programiranje treninga u konjičkom sportu	izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić	60	30	0	9
172667	Kontrola treniranosti u u konjičkom sportu i	izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić	30	15	0	5
172668	Stručno-trenerska praksa u konjičkom sportu III.	izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić	0	0	90	5
		UKUPNO	**90**	**45**	**90**	**19**

PROGRAMIRANJE TRENINGA U KONJIČKOM SPORTU (172666)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić**	
Kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 7)	
Konzultacije		Konzultacije se održavaju svaku srijedu u 9:00.	
e-mail		vlatko.vucetic@kif.hr	
Telefon			
Vanjski suradnik		**Matea Kocsis, mag. cin.**	
e-mail		matea.kocsis@kif.hr	
Vanjski suradnik		**doc.dr.sc.Kristijan Barbić**	
e-mail		kristijan.barbic@kif.hr	
Vanjski suradnik		**doc.dr.sc. Nika Brkljača Bottegaro**	
e-mail		nika.brkljaca.botterago@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Maša Efendić, dr. med. vet.**	
e-mail		masa.efendic@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Vahun Željko (HKS)**	
e-mail		vahun.zeljko@kif.hr	
Vanjski suradnik		**doc. dr. sc. Jelena Ramljak**	
e-mail		jelena.ramljak@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Gordana Pavić, dr.med. vet**	
e-mail		gordana.pavic@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Kosjenka Mikulčić, mag. cin.**	
e-mail		kosjenka.mikulcic@kif.hr	
Suradnik		**izv. prof. dr. sc. Dario Škegro**	
e-mail		dario.skegro@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Levanić Renato (Hrvatski konjički savez)**	
e-mail		renato.levanic@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Eduard Petrović**	
e-mail		eduard.petrovic@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Ivana Ljubić**	
e-mail		ivana.ljubic@kif.hr	
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	specijalistički
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	9 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	90 (60P + 30S)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Usvajanje temeljnih znanja o stručnim osnovama planiranja i programiranja treninga u konjičkom sportu. Studenti će steći potrebne informacije o vrednovanju antropometrijskih		

	karakteristika i funkcionalnih sposobnosti konja te o sportskoj formi jahača. Nakon odslušanog predmeta studenti će moći samostalno primjenjivati teorijska i praktična znanja o specifičnostima planiranja i programiranja trenažnog ciklusa za različite kategorije jahača u različitim konjičkim disciplinama.
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Preddiplomski stručni studij obrazuje trenere sa temeljnom stručnom kvalifikacijom za obavljanje stručnih poslova u konjičkom sportu Ova stručna razina trenerske izobrazbe omogućit će završenim studentima potrebna znanja za uspješno planiranje, programiranje i kontrolu procesa treniranja. Studenti će steći znanja o stanju treniranosti jahača, te o važnosti hranidbe i stanja treniranosti konja u određenoj konjičkoj disciplini. Osim poduke jahanja te sportskog dijela koji podrazumijeva trenažni proces i natjecanja, studenti će usvojiti teorijska i praktična znanja o primjeni konjičkog sporta u sportskoj rekreaciji i turizmu.
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: 1.Objasniti i praktično primijeniti principe i pravila u planiranju i programiranju treninga u jahanju. 2. Navesti efekte sportskog treninga kao transformacijskog procesa. 3. Opisati specifičnosti planiranja i programiranja treninga mlađih dobnih skupina. 4. Objasniti posebnosti planiranja i provedbe treninga s obzirom na razinu sportskih natjecanja. 5. Objasniti faze višegodišnjeg ciklusa sportske pripreme. 6. Navesti osnovne zakonitosti hranidbe konja u sportu. 7. Napisati plan i program rada početne škole jahanja na osnovi utvrđenog inicijalnog stanja. 8. Napisati i javno prezentirati plan i program rada napredne škole jahanja. 9. Objasniti razlike u planiranju i provedbi trenažnog procesa s obzirom na razinu natjecanja. 10.Navesti osnovne zakonitosti planiranja i programiranja olimpijskog ciklusa za pojedinu konjičku disciplinu.
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Primjena općih principa i pravila u planiranju i programiranju treninga u jahanju. (2P) 2. Sportski trening kao transformacijski proces: upravljanje stanjima treniranosti i sportske forme u višegodišnjem i jednogodišnjem ciklusu; (2P) 3. Mjerenje i vrednovanje antropometrijskih karakteristika, funkcionalnih sposobnosti, biokemijskih varijabli, bazičnih i specifičnih motoričkih sposobnosti u funkciji određivanja ciljeva trenažnog procesa konja. (6P) 4. Osnovni informatički sustavi za registraciju i analizu natjecateljske aktivnosti. (3P) 5. Specifičnosti planiranja i programiranja treninga mlađih dobnih kategorija. (3P) 6. Mjerenje i vrednovanje inicijalnog, tranzitivnih i finalnog stanja sportske forme jahača. (2P + 2S) 7. Vrste sportskih natjecanja; planiranje i provedba nastupa i izvedbe. (4P + 2S) 8. Hranidba konja u sportu. (4P + 2S) 9. Cikličnost sportske pripreme u odnosu na specifičnosti kalendara natjecanja. (2P) 10. Individualizacija trenažnog procesa. (2P) 11. Periodizacija višegodišnjeg ciklusa sportske pripreme: početak sustavnog treninga, zrela sportska dob, etapa najviših sportskih dostignuća. (4P) 12. Plan i program rada početne škole jahanja. (2P + 3S) 13. Plan i program rada napredne škole jahanja. (2P + 3S) 14. Plan i program rada u etapi završne sportske specijalizacije u jahanju. (2P + 2S) 15. Planiranje i programiranje treninga reprezentativnih selekcija. (2P + 4S) 16. Olimpijski ciklus treninga: selekcija kandidata i testiranje trenažnog makrociklusa s kalendarom natjecanja u olimpijskoj godini. (2P) 17. Godišnji ciklus treninga: dužina pripremnog razdoblja, trajanje natjecateljskog razdoblja. (2P) 18. Standardi i norme ukupnog godišnjeg opterećenja u jahanju. (2P)

	19. Izrada plana i programa rada u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom periodu. (2P + 2S) 20. Pojedinačni trening, utakmica, pripreme izvan mjesta stanovanja, sportsko-rekreacijske aktivnosti. (2P+4S) 21. Čimbenici u funkciji uspješnog planiranja i programiranja treninga (dobrobit: infrastruktura, smještaj, transport) (2P + 2S) 22. Stručno-pedagoški standard i kriteriji uspješnosti trenerskog rada u jahanju. (2P) 23. Stručna praksa s mlađim dobnim skupinama. (2P) 24. Seminari i vježbe u planiranju i programiranju treninga: izradba individualnih, skupnih i ekipnih programa rada. (4S)					
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	11%	1	Pisani ispit	33%	3
	seminarski rad	23%	2	usmeni ispit	33%	3
				ukupno	**9 ECTS**	
obvezna literatura						
dopunska literatura						
način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa					

KONTROLA TRENIRANOSTI U KONJIČKOM SPORTU (172667)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić**	
Kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 7)	
Konzultacije		Konzultacije se održavaju svaku srijedu u 9:00.	
e-mail		vlatko.vucetic@kif.hr	
Telefon			
Vanjski suradnik		**doc.dr.sc. Nika Brkljača Bottegaro**	
e-mail		nika.brkljaca.botterago@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Maša Efendić, dr. med. vet.**	
e-mail		masa.efendic@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Gordana Pavić, dr.med. vet**	
e-mail		gordana.pavic@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Levanić Renato (Hrvatski konjički savez)**	
e-mail		renato.levanic@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Liz Eaton**	
e-mail		liz.eaton@kif.hr	
Vanjski suradnik		**Eduard Petrović (HKS)**	
e-mail		eduard.petrovic@kif.hr	
Vanjski suradnik		**doc.dr.sc.Kristijan Barbić**	
e-mail		kristijan.barbic@kif.hr	
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	specijalistički
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica + terenska nastava		
način izvođenja nastave	45 (30P + 15S)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je studente podučiti omogućiti stjecanje znanja o važnosti kontrole treniranosti sportaša i treniranosti konja u konjičkom sportu. Studenti će moći pratiti i vrednovati efekte trenažnih procesa u dugoročnom, srednjoročnom i kratkoročnom razdoblju sportske pripreme. Drugi cilj je stjecanje znanja o prevenciji ozljeda u konjičkom sportu, o zdravstvenim mjerama u konjičkom sportu i organizaciji doping kontrola u konjičkom sportu..		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Ovaj stručni studij omogućit će završenim studentima razinu znanja o dijagnostičkim postupcima za objektivnu procjenu stanja treniranosti jahača i konja kao i tehnologijama kontrole efekata primjene procesa treniranja i natjecanja u sportskoj grani i preventivnim mjerama kojima možemo utjecati na zdravlje, etiku i dobrobiti konja u konjičkom sportu.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: 1. Definirati čimbenike kontrole treniranosti u konjičkom sportu. 2. Provesti mjerenje i vrednovanje treniranosti jahača. 3. Analizirati rezultate mjerenja sportske forme jahača. 4. Opisati postupak mjerenja stanja treniranosti konja.		

	5. Navesti veterinarske zdravstvene mjere u konjičkom sportu. 6. Prepoznati ozljede konja u svakodnevnom radu. 7. Opisati postupke doping kontrole u konjičkom sportu. 8. Navesti osobine ličnosti jahača za uspješnost u konjičkom sportu.
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**Predavanja** 1. Definicija i sadržaj kontrole treniranosti u konjičkom sportu. (2P) 2. Mjerenje i vrednovanje inicijalnog, tranzitivnih i finalnog stanja treniranosti i sportske forme jahača. (4P) 3. Mjerenje i vrednovanje stanja treniranosti konja (4P) 4. Mjerenje i vrednovanje antropometrijskih karakteristika jahača. (4P) 5. Specifičnosti ozljeda sportskih konja. (4P) 6. Veterinarske zdravstvene mjere u konjičkom sportu. (4P) 7. Mjerenje i vrednovanja bazičnih i specifičnih motoričkih sposobnosti jahača. (2P) 8. Mjerenje i vrednovanje osobina ličnosti i kognitivnih sposobnosti jahača. (2P) 9. Doping kontrola u konjičkom sportu. (4P) **Seminari** 1. Dijagnostički postupci u konjičkom sportu. (S2) 2. Organizacija i provedba mjerenja stanja treniranosti konja. (S2) 3. Mjere prevencija ozljeda sportskih konja. (S2) 4. Analiza i interpretacija rezultata mjerenja antropoloških obilježja jahača. (S2) 5. Zdravstvene mjere u konjičkom sportu. (S2) 6. Primjena rezultata testiranja u programiranju treninga jahača. (S2) 7. Analiza zastupljenosti dopinga u konjičkom sportu. (2S) 8. Mjerenje i vrednovanje osobina ličnosti i kognitivnih sposobnosti jahača. (S1)
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.

praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	15%	0,5	Pisani ispit		
	seminarski rad	25%	1,5	usmeni ispit	60%	3,0
				ukupno	**5 ECTS**	

obvezna literatura	Milanović, D. (2009.) Teorija i metodika treninga. Zagreb. Odjel za izobrazbu trenera Društvenog veleučilišta u Zagrebu. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. Hodgson DR, CM McGowan (2014): The Athletic horse: Principles and practice of equine sports medicine. Elsevier Saunders. Stashak TS (1996): Horseowner's guide to lamness. Williams & Wilkins. Williams G (2014): Horse movement: structure, function and rehabilitation. Ecir Oht. http://www.fei.org/fei/horse-health-and-welfare/doping-controlled-medication
dopunska literatura	
način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U KONJIČKOM SPORTU III. (172668)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić**	
Kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 7)	
Konzultacije		Konzultacije se održavaju svaku srijedu u 9:00.	
e-mail		vlatko.vucetic@kif.hr	
Telefon			
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	obvezni
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90V	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Praktično provoditi dijagnostiku pripremljenosti sportaša primjenom jednostavnih terenskih testova te pokazatelja natjecateljske izvedbe - Metodički oblikovati složenije trenažne procese i provoditi ih u praktičnim uvjetima - Planirati i programirati konkretni trenažni proces u različitim vremenskim ciklusima - Kontrolirati učinke dobivene programiranim trenažnim procesima u sportu, rekreaciji, kondicijskoj pripremi i fitnesu		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Analiza rezultata dijagnostičkog postupka te uključivanje dobivenih rezultata u plan i program rada (10V) - Izrada plana i programa treninga u makro ciklusu, mezo ciklusu i mikro ciklusu (10V) Organizacija i provedba sportske pripreme za natjecanja (10V) - Samostalna provedba trenažnoga procesa uz kontrolu mentora (20V) - Korištenje suvremenih metoda za analizu tehnika izvedaba različitih struktura kretanja (tehnika) i struktura situacija (taktika) sportske grane (10V) - Organizacija i provedba stručnih sastanaka sa sportašima i njihovim roditeljima (5V) - Analiza učinaka provedenih trenažnih postupaka ili postupaka vježbanja u sportu, kondicijskoj pripremi, rekreaciji i fitnesu (10V) - Samostalno vođenje pojedinaca i ekipa na natjecanjima (15V)		
obveze studenata	Pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje na nastavi, rješavanje problemskih zadataka.		
praćenje rada studenata	Praktični rad	100%	5
		ukupno	**5 ECTS**
obvezna literatura			
dopunska literatura			
način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.		

SMJER – KOŠARKA – VI. SEM

Šifra predmeta	PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
172670	Programiranje treninga u košarci	prof. dr. sc. Damir Knjaz prof. dr. sc. Bojan Matković izv. prof. dr. sc. Tomislav Rupčić	60	30	0	9
172669	Kontrola treniranosti u u košarci	prof. dr. sc. Damir Knjaz prof. dr. sc. Bojan Matković izv. prof. dr. sc. Tomislav Rupčić	30	15	0	5
172671	Stručno-trenerska praksa u košarci III.	prof. dr. sc. Damir Knjaz prof. dr. sc. Bojan Matković izv. prof. dr. sc. Tomislav Rupčić	0	0	90	5
		UKUPNO	**90**	**45**	**90**	**19**

PROGRAMIRANJE TRENINGA U KOŠARCI (172670)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Damir Knjaz**	
kancelarija		154	
konzultacije		utorkom 13.00 do 13.30 sati i prema dogovoru mailom	
e-mail		damir.knjaz@kif.hr	
telefon		+38513658754	
nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Bojan Matković**	
kancelarija		153	
konzultacije		utorkom 13.00 do 13.30 sati i prema dogovoru mailom	
e-mail		prof. dr. sc. Bojan Matković	
telefon		153	
nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomislav Rupčić**	
Kancelarija		156	
Konzultacije		po dogovoru putem e-maila	
e-mail		tomislav.rupcic@kif.hr	
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	specijalistički
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	9 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	90 (60P + 30S)	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Svladavanje temeljnih znanja o stručnim osnovama planiranja i programiranja treninga u košarci u skladu s posebnošću periodizacije, kalendarom natjecanja i dopustivim mjerama oporavka. Studenti će steći potrebne informacije o izradi plana i programa trenažnog procesa u dugoročnom, srednjoročnom i kratkoročnom razdoblju sportske pripreme u košarci.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Stručni studij obrazuje trenere sa temeljnom stručnom kvalifikacijom za obavljanje stručnih poslova u košarci. Ova stručna razina trenerske izobrazbe omogućit će završenim studentima potrebna znanja za uspješno planiranje, programiranje i kontrolu procesa treniranja u košarci utemeljenog na spoznajama o aktualnom stanju treniranosti, prognoziranim stanjima u budućnosti kao i uvjetima u kojima se trenažni procesi odvijaju		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Studenti će steći znanja koji će ih kvalificirati za planiranje i programiranje trenažnog procesa u košarci koji je bio predmet njihova interesa. - Znanja o osnovnim kineziološkim i antropološkim zakonitostima za uspješno planiranje treninga kao i metodičkim zakonitostima za uspješno programiranje rada sa selekcioniranim skupinama košarkaša - Razumijevanje rezultata dijagnostičkih postupaka za utvrđivanje antropoloških obilježja košarkaša uključenih u trenažni proces		

	- Naučiti osnovne postupke za testiranje inicijalnog stanja treniranosti i kontrolu postignutih efekata treninga i natjecateljskih postignuća u košarci. - Studenti će naučiti kako izraditi konkretan plan i programtreninga za košarkaše i njihovemomčadi različite dobi, spola i kvalitete u višegodišnjem(perspektivno planiranje i programiranje) i jednogodišnjem (kratkoročno planiranje i programiranje) ciklusu sportske pripreme.
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Primjena općih principa i pravila u planiranju i programiranju treninga u košarci. (2P) 2. Sportski trening u košarci kao transformacijski proces: Upravljanje stanjima treniranosti i sportske forme u višegodišnjem i jednogodišnjem ciklusu; (2P) 3. Utvrđivanje modelnih karakteristika košarkaša različitih dobnih skupina. (2P) 4. Mjerenje i vrednovanje antropometrijskih karakteristika, funkcionalnih sposobnosti, biokemijskih varijabli, bazičnih i specifičnihmotoričkih sposobnosti u funkciji određivanja ciljeva trenažnog procesa u košarci (2P) 5. Osnovni informatički sustavi za registraciju i analizu u košarci. (2P) 6. Mjerenje i vrednovanje inicijalnog, tranzitivnih i finalnog stanja sportske forme kod košarkaša. (2P + 2S) 7. Vrste košarkaških natjecanja; planiranje i provedba nastupa i izvedbe (2P + 2S) 8. Opterećenja i njihov raspored kao osnova za primjenu mjera oporavka u različitim ciklusima sportske pripreme u košarci (2P + 2S) 9. Cikličnost sportske pripreme u odnosu na specifičnosti kalendara natjecanja u košarci. (2P) 10. Primjena različitih metoda planiranja i programiranja treninga u košarci: (simultano, mrežno, statističke metode) (2P) 11. Individualizacija trenažnog procesa u košarci. (2P) 12. Periodizacija višegodišnjeg ciklusa sportske pripreme u košarci: početak sustavnog treninga, zrela sportska dob, etapa najviših sportskih dostignuća. (2P) 13. Specifičnosti planiranja i programiranja treninga mlađih dobnih kategorija u košarci. (2P) 14. Specifičnosti modeliranja plana i programa treninga u mlađim dobnim kategorijama u košarci: 8-10-12-14-16-18 godina.(2P) 15. Plan i program rada u osnovnoj sportskoj školi košarke (2P + 2S) 16. Plan i program rada u specijalizirajućoj sportskoj školi košarke (2P + 2S) 17. Plan i program rada u etapi završne sportske specijalizacije u košarci (2P + 2S) 18. Planiranje i programiranje treninga reprezentativnih selekcija u košarci(2P + 2S) 19. Olimpijski ciklus treninga u košarci: selekcija kandidata i testiranje trenažnog makrociklusa s kalendarom natjecanja u olimpijskoj godini. (2P) 20. Godišnji ciklus treninga u košarci: dužina pripremnog razdoblja, trajanje natjecateljskog razdoblja. Jednostruka, dvostruka ili trostruka periodizacija godišnjeg ciklusa treninga u košarci. (2P) 21. Standardi i norme ukupnog godišnjeg opterećenja u košarci. (2P) 22. Izrada plana i programa rada u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom periodu u košarci. Specifičnosti organizacije i provedbe treninga u pripremnom razdoblju - dvije, tri ili četiri faze. Period natjecanja - jedna ili dvije faze. (2P + 2S) 23. Struktura i pokazatelji sumarnog opterećenja treninga u mezociklusu. Specifičnosti pripremnoga i natjecateljskog mezociklusa u košarci. (2P) 24. Struktura i pokazatelji sumarnog opterećenja treninga u mikrociklusu. Specifičnosti pripremnoga i natjecateljskog mikrociklusa u košarci. (2P) 25. Izrada plana i programa treninga u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom mikrociklusu u košarci. (2P + 2S)

	26. Pojedinačni trening, utakmica, pripreme izvan mjesta stanovanja, sportsko-rekreacijske aktivnosti u košarci (2P) 27. Interna struktura, organizacija izrada i provedba plana i programa pojedinačnog treninga u košarci. (2P + 2S) 28. Okolinski čimbenici u funkciji uspješnog planiranja i programiranja treninga u košarci. (2P + 2S) 29. Stručno-pedagoški standard i kriteriji uspješnosti trenerskog rada u košarci. (2P) 30. Stručna praksa s mlađim dobnim skupinama u košarci. (2P) 31. Seminari i vježbe u planiranju i programiranju treninga: izradba individualnih, skupnih i ekipnih programa rada u košarci.(4S) 32. Vođenje dnevnika rada u košarci (4S)
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.

praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	5%	0,5	Pisani ispit	28%	2,5
	seminarski rad	23%	2	usmeni ispit	44%	4
				ukupno	**9 ECTS**	

obvezna literatura	Tocigl, I. (1984). Košarka. Split: Sveučilište u Splitu. Knjaz, D.; Matković, Bo.,Matković, Br., Swalgin, K. (2009.). Evaluation of learning methods in basketball game. 14thAnnual Congress of the European College of Sport Science, Oslo/Norway, June 24-27, 2009. Loland, S., Bø ; , K., Fasting, K., Hallén, J., Ommundsen,Y., Roberts, G., Tsolakidis, E.(ur.). Oslo: The Norwegian School of Sport Sciences, 2009. 302. 1
dopunska literatura	1. Pavlović, D., Knjaz, D., Krtalić, S. (2008). Prilog programiranju treninga eksplozivne snage beka šutera kroz natjecateljski period u košarci. 6. godišnja međunarodna konferencija “Kondicijska priprema sportaša 2008 – Trening snage. Zbornik radova. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. Zagreb, str: 290-293. 2. Rupčić, T., Knjaz, D., Matković, B. (2010). Utjecaj specifičnog košarkaškog programa na razvoj bazične brzine pokreta ekstremiteta. U: Jukić, I., Gregov, C., Šalaj, S., Milanović, L., Trošt-Bobić, T. (ur). Zbornik radova 8. godišnje međunarodne konferencije «Kondicijska priprema sportaša 2010 – Trening brzine, agilnosti i eksplozivnosti» Zagreb : Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. Str. 416-419. 3. Rupčić, T., Knjaz, D., Matković, Bo. (2011). Analiza efekata treninga za razvoj agilnosti i eksplozivne snage kod košarkaša. U: Jukić, Milanović, Gregov, Šalaj (ur.) Zbornik radova 9. godišnje međunarodne konferencije Kondicijska priprema sportaša, 2011. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Udruga kondicijskih trenera Hrvatske. 4. Trninić, S. (2006). Selekcija, priprema i vođenje košarkaša i momčadi. Vikta-Marko d.o.o. Zagreb
način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

KONTROLA TRENIRANOSTI U KOŠARCI (172669)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Damir Knjaz**	
kancelarija		154	
konzultacije		utorkom 13.00 do 13.30 sati i prema dogovoru mailom	
e-mail		damir.knjaz@kif.hr	
telefon		+38513658754	
nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Bojan Matković**	
kancelarija		153	
konzultacije		utorkom 13.00 do 13.30 sati i prema dogovoru mailom	
e-mail		prof. dr. sc. Bojan Matković	
telefon		153	
nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomislav Rupčić**	
Kancelarija		156	
Konzultacije		po dogovoru putem e-maila	
e-mail		tomislav.rupcic@kif.hr	
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	specijalistički
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	45 (30P + 15S)	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Cilj predmeta jest studentima omogućiti stjecanje znanja o važnosti kontrole treniranosti sportaša u košarci. Studenti će moći pratiti i vrednovati efekte trenažnih procesa u dugoročnom, srednjoročnom i kratkoročnom razdoblju sportske pripreme košarkaša		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Ovaj stručni studij omogućit će završenim studentima razinu znanja o dijagnostičkim postupcima za objektivnu procjenu stanja treniranosti kao i tehnologijama kontrole efekata primjene procesa treniranja i natjecanja u košarci		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Temeljna znanja o hijerarhijskoj strukturi sposobnosti, osobina i motoričkih znanja odgovornih za uspjeh u košarci koje su pogodne za utvrđivanje stanja treniranosti. - Znanja i vještine za odabir i provedbu dijagnostičkih postupaka u cilju utvrđivanja stanja pripremljenosti košarkaša - Razumijevanje i primjena rezultata dijagnostičkih postupaka u provođenju trenažnih procesa sa različitim skupinama košarkaša prema kriteriju dobi, spola i razine kvalitete. - Primjena osnovnih statističkih metoda za kontrolu trenažnih procesa u košarci.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja 1. Definicija i sadržaj kontrole treniranosti u košarci (2P) . 2. Mjerenje i vrednovanje inicijalnog, tranzitivnih i finalnog stanja treniranosti i sportske forme u košarci (4P). 3. Mjerenje i vrednovanje antropometrijskih karakteristika košarkaša (2P). 4. Mjerenje i vrednovanje funkcionalnih sposobnosti košarkaša (2P) .		

	5. Mjerenje i vrednovanje biokemijskih varijabli košarkaša (2P). 6. Mjerenje i vrednovanje bazičnih i specifičnih motoričkih sposobnosti košarkaša (4P). 7. Mjerenje i vrednovanje osobina ličnosti i kognitivnih sposobnosti košarkaša (4P). 8. Evaluacija i primjena mjernih instrumenata za procjenu tehničko taktičke pripremljenosti u modeliranju trenažnog procesa u košarci (4P) 9. Evaluacija i primjena standardnih pokazatelja situacijske uspješnosti u modeliranju trenažnog procesa u košarci (2P) 10. Utvrđivanje modelnih karakteristika igrača različitih dobnih skupina u košarci (4P). Seminari (Izrada seminarskog rada na temelju provedenog mjerenja skupine sportaša) 1. Dijagnostički postupci u košarci: izbor latentnih dimenzija (2S). 2. izbor mjernih instrumenata (1S). 3. provedba mjerenja (2S). 4. registracija i obrada prikupljenih podataka (2S). 5. analiza i interpretacija rezultata (2S) 6. prezentacija dobivenih rezultata (2S). 7. primjena rezultata testiranja u programiranju treninga u košarci. Primjena rezultata testiranja u planiranju, programiranju i kontroli efekata treninga i natjecanja (2S). 8. Primjena rezultata testiranja u kontroli efekata treninga i natjecanja (2S).
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.

praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	15%	0,5	Pisani ispit		
	seminarski rad	25%	1,5	usmeni ispit	60%	3,0
				ukupno	**5 ECTS**	

obvezna literatura	Matković B.R., Matković, B., Ružić, L., Knjaz, D., Mišigoj Duraković, M., Mudri, V. (2010). Dijagnostika – kontrola treniranosti košarkaša. Antropološka analiza košarkaške igre. ur: Matković, B., Sveučilišni udžbenik. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu
dopunska literatura	Knjaz, D., G. Kolovrat (2003). Prilog analizi motoričkih sposobnosti graditelja igre u košarci. Zbornik radova 12 ljetne škole kineziologa RH. Ur.: V. Findak. Hrvatski kineziološki savez. Rovinj, 17. do 21. lipnja. Str.: 234-237. 2. Krtalić, S., Knjaz, D., Krošnjar, N. (2004). Karakteristike fizičke pripreme košarkaša uključenih u program mini košarke (6-10 godina). 13. Ljetna škola kineziologa RH: Zbornik radova. Rovinj, str. 447-450. 3. Peršić, D., Knjaz, D.,Matković, B.(2005). Dijagnostika u procesu selekcije kod najmlađih košarkaša. ERS – Informativno stručno glasilo Udruge kineziologa Grada Rijeke. Br.:30, str.: 20-23.
način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U KOŠARCI III. (172671)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Damir Knjaz**	
kancelarija		154	
konzultacije		utorkom 13.00 do 13.30 sati i prema dogovoru mailom	
e-mail		damir.knjaz@kif.hr	
telefon		+38513658754	
nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Bojan Matković**	
kancelarija		153	
konzultacije		utorkom 13.00 do 13.30 sati i prema dogovoru mailom	
e-mail		prof. dr. sc. Bojan Matković	
telefon		153	
nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomislav Rupčić**	
Kancelarija		156	
Konzultacije		po dogovoru putem e-maila	
e-mail		tomislav.rupcic@kif.hr	
telefon			
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	obvezni
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90V	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Praktično provoditi dijagnostiku pripremljenosti sportaša primjenom jednostavnih terenskih testova te pokazatelja natjecateljske izvedbe - Metodički oblikovati složenije trenažne procese i provoditi ih u praktičnim uvjetima - Planirati i programirati konkretni trenažni proces u različitim vremenskim ciklusima - Kontrolirati učinke dobivene programiranim trenažnim procesima u sportu, rekreaciji, kondicijskoj pripremi i fitnesu		
sadržaj predmeta detaljno razrađen	- Analiza rezultata dijagnostičkog postupka te uključivanje dobivenih rezultata u plan i program rada (10V) - Izrada plana i programa treninga u makro ciklusu, mezo ciklusu i mikro ciklusu (10V)		

prema satnici nastave	Organizacija i provedba sportske pripreme za natjecanja (10V) - Samostalna provedba trenažnoga procesa uz kontrolu mentora (20V) - Korištenje suvremenih metoda za analizu tehnika izvedaba različitih struktura kretanja (tehnika) i struktura situacija (taktika) sportske grane (10V) - Organizacija i provedba stručnih sastanaka sa sportašima i njihovim roditeljima (5V) - Analiza učinaka provedenih trenažnih postupaka ili postupaka vježbanja u sportu, kondicijskoj pripremi, rekreaciji i fitnesu (10V) - Samostalno vođenje pojedinaca i ekipa na natjecanjima (15V)					
obveze studenata	Pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje na nastavi, rješavanje problemskih zadataka.					
praćenje rada studenata	Praktični rad	100%	5			
				ukupno	**5 ECTS**	
obvezna literatura						
dopunska literatura						
način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.					

SMJER – NOGOMET – VI. SEM

Šifra predmeta	PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Studijski smjer SPORT						
172678	Programiranje treninga u nogometu	izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić	60	30	0	9
172679	Kontrola treniranosti u u nogometu	izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić	30	15	0	5
172680	Stručno-trenerska praksa u nogometu III.	izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić	0	0	90	5
		UKUPNO	**90**	**45**	**90**	**19**

PROGRAMIRANJE TRENINGA U NOGOMETU (172678)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić**	
kancelarija		157	
konzultacije		srijedom od 10.00 do 11.30	
e-mail		valentin.barisic@kif.hr	
telefon		+38513658757	
Nastavnik		**dr. sc. Tihana Nemčić Bojić**	
Kancelarija		70	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		tihana.nemcic.bojic@kif.hr	
Telefon			
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	specijalistički
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	9 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (60P + 30S)	očekivani broj studenata na predmetu	7
ciljevi predmeta	Svladavanje temeljnih znanja o stručnim osnovama planiranja i programiranja treninga u nogometu u skladu s posebnošću periodizacije, kalendarom natjecanja i dopustivim mjerama oporavka. Studenti će se steći potrebne informacije o izradbi plana i programa trenažnog procesa u dugoročnom, srednjoročnom i kratkoročnom razdoblju nogometne pripreme.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Stručni studij obrazuje trenere sa temeljnom stručnom kvalifikacijom za obavljanje stručnih poslova u nogometu. Ova stručna razina trenerske izobrazbe omogućit će završenim studentima potrebna znanja za uspješno planiranje, programiranje i kontrolu procesa treniranja u nogometu utemeljenog na spoznajama o aktualnom stanju treniranosti prognoziranim stanjima u budućnosti kao i uvjetima u kojima se trenažni procesi odvijaju.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Studenti će steći znanja koji će ih kvalificirati za planiranje i programiranje trenažnog procesa u nogometu koji je bio predmet njihova interesa. - Znanja o osnovnim kineziološkim i antropološkim zakonitostima za uspješno planiranje treninga kao i metodičkim zakonitostima za uspješno programiranje rada sa selekcioniranim skupinama nogometaša. - Razumijevanje rezultata dijagnostičkih postupaka za utvrđivanje antropoloških obilježja nogometaša uključenih u trenažni proces - Naučiti osnovne postupke za testiranje inicijalnog stanja treniranosti i kontrolu postignutih efekata treninga i natjecateljskih postignuća. - Studenti će naučiti kako izraditi konkretan plan i program treninga za nogometaša i nogometne ekipe različite dobi, spola i kvalitete u višegodišnjem (perspektivno planiranje i programiranje) i jednogodišnjem (kratkoročno planiranje i programiranje) ciklusu nogometne pripreme.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**Predavanja i seminari** 1. Primjena općih principa i pravila u planiranju i programiranju treninga u nogometu. (2P) 2. Sportski trening u nogometu kao transformacijski proces: Upravljanje stanjima treniranosti i sportske forme u višegodišnjem i jednogodišnjem ciklusu; (2P) 3. Utvrđivanje modelnih karakteristika nogometaša različitih dobnih skupina. (2P) 4. Mjerenje i vrednovanje antropometrijskih karakteristika, funkcionalnih sposobnosti, biokemijskih varijabli, bazičnih i specifičnih motoričkih sposobnosti u funkciji određivanja ciljeva trenažnog procesa. (2P)		

	5. Osnovni informatički sustavi za registraciju i analizu natjecateljske aktivnosti. (2P) 6. Mjerenje i vrednovanje inicijalnog, tranzitivnih i finalnog stanja sportske forme. (2P + 2S) 7. Vrste nogometnih natjecanja; planiranje i provedba nastupa i izvedbe (2P + 2S) 8. Opterećenja i njihov raspored kao osnova za primjenu mjera oporavka u različitim ciklusima sportske pripreme u nogometu (2P + 2S) 9. Cikličnost sportske pripreme u odnosu na specifičnosti kalendara natjecanja u nogometu. (2P) 10. Primjena različitih metoda planiranja i programiranja treninga: (simultano, mrežno, statističke metode) (2P) 11. Individualizacija trenažnog procesa u nogometu. (2P) 12. Periodizacija višegodišnjeg ciklusa sportske pripreme: početak sustavnog treninga, zrela sportska dob, etapa najviših sportskih dostignuća. (2P) 13. Specifičnosti planiranja i programiranja treninga mlađih dobnih kategorija u nogometu. (2P) 14. Specifičnosti modeliranja plana i programa treninga u mlađim dobnim kategorijama: 8-10-12-14-16-18 godina. (2P) 15. Plan i program rada u osnovnoj sportskoj školi nogometa (2P + 2S) 16. Plan i program rada u specijalizirajućoj sportskoj školi nogometa (2P + 2S) 17. Plan i program rada u etapi završne sportske specijalizacije u nogometu (2P + 2S) 18. Planiranje i programiranje treninga reprezentativnih selekcija(2P + 2S) 19. Olimpijski ciklus treninga: selekcija kandidata i testiranje trenažnog makrociklusa s kalendarom natjecanja u olimpijskoj godini. (2P) 20. Godišnji ciklus treninga: dužina pripremnog razdoblja, trajanje natjecateljskog razdoblja. Jednostruka, dvostruka ili trostruka periodizacija godišnjeg ciklusa treninga u nogometu. (2P) 21. Standardi i norme ukupnog godišnjeg opterećenja u nogometu. (2P) 22. Izrada plana i programa rada u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom periodu. Specifičnosti organizacije i provedbe treninga u pripremnom razdoblju - dvije, tri ili četiri faze. Period natjecanja - jedna ili dvije faze. (2P + 2S) 23. Struktura i pokazatelji sumarnog opterećenja treninga u mezociklusu. Specifičnosti pripremnoga i natjecateljskog mezociklusa u nogometu. (2P) 24. Struktura i pokazatelji sumarnog opterećenja treninga u mikrociklusu. Specifičnosti pripremnoga i natjecateljskog mikrociklusa u nogometu. (2P) 25. Izrada plana i programa treninga u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom mikrociklusu u nogometu. (2P + 2S) 26. Pojedinačni trening, utakmica, pripreme izvan mjesta stanovanja, sportsko-rekreacijske aktivnosti. (2P) 27. Interna struktura, organizacija izrada i provedba plana i programa pojedinačnog treninga u nogometu. (2P + 2S) 28. Okolinski čimbenici u funkciji uspješnog planiranja i programiranja treninga u nogometu. (2P + 2S) 29. Stručno-pedagoški standard i kriteriji uspješnosti trenerskog rada u nogometu. (2P) 30. Stručna praksa s mlađim dobnim skupinama u nogometu. (2P) 31. Seminari i vježbe u planiranju i programiranju treninga: izradba individualnih, skupnih i ekipnih programa rada u nogometu. (4S) 32. Vođenje dnevnika rada u nogometu (4S)					
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
	Pohađanje nastave	5%	0,5	Pisani ispit	28%	2,5

praćenje rada studenata	seminarski rad	22%	2	usmeni ispit	45%	4
				ukupno	**9 ECTS**	
obvezna literatura	Bompa, T. O. (2001). Periodizacija: teorija i metodologija treninga. Zagreb: Kineziološki fakultet. Milanović, D. (2010). Teorija i metodika treninga. Primjenjena kineziologija u sportu. 2. dopunjeno i izmjenjeno izdanje. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. Weineck, E. J. Optimales Fussballtraining (prijevod na Hrvatski jezik). Zagreb: Kineziološki fakultet.					
dopunska literatura	1. Marković,G., Bradić, A. (2008). Nogomet – integralni kondicijski trening. 2. Vrgoč, I. (2008). Kondicijski trening u nogometu. www.nogometnitrening.com 3. Dujmović, P.(1997). Fizička priprema nogometaša. ZNS, Zagreb. 4. Gabrijelić, M., Jerković, S., Barišić, V. (1991). Modeliranje i programiranje treninga specijalne izdržljivosti vrhunskih nogometaša. Kinesiologija, 23 (1-2), 45-58.					
način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa					

KONTROLA TRENIRANOSTI U U NOGOMETU (172679)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić**	
kancelarija		157	
konzultacije		srijedom od 10.00 do 11.30	
e-mail		valentin.barisic@kif.hr	
telefon		+38513658757	
Nastavnik		**dr. sc. Tihana Nemčić Bojić**	
Kancelarija		70	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		tihana.nemcic.bojic@kif.hr	
Telefon			
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	specijalistički
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica + terenski rad		
način izvođenja nastave	45 (30P + 15S)	očekivani broj studenata na predmetu	7
ciljevi predmeta	Cilj predmeta jest studentima omogućiti stjecanje znanja o važnosti kontrole treniranosti sportaša u nogometu. Studentima će moći pratiti i vrednovati efekte trenažnih procesa u dugoročnom, srednjoročnom i kratkoročnom razdoblju sportske pripreme.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Ovaj stručni studij omogućit će završenim studentima razinu znanja o dijagnostičkim postupcima za objektivnu procjenu stanja treniranosti kao i tehnologijama kontrole efekata primjene procesa treniranja i natjecanja u nogometu.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Temeljna znanja o hijerarhijskoj strukturi sposobnosti, osobina i motoričkih znanja odgovornih za uspjeh u nogometu koje su pogodne za utvrđivanje stanja treniranosti. - Znanja i vještine za odabir i provedbu dijagnostičkih postupaka u cilju utvrđivanja stanja pripremljenosti sportaša u nogometu. - Razumijevanje i primjena rezultata dijagnostičkih postupaka u provođenju trenažnih procesa sa različitim skupinama sportaša prema kriteriju dobi, spola i razine kvalitete. - Primjena osnovnih statističkih metoda za kontrolu trenažnih procesa u nogometu.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	***Predavanja*** 1. Definicija i sadržaj kontrole treniranosti u nogometu (2P) . 2. Mjerenje i vrednovanje inicijalnog, tranzitivnih i finalnog stanja treniranosti i sportske forme u nogometu (4P). 3. Mjerenje i vrednovanje antropometrijskih karakteristika nogometaša (2P). 4. Mjerenje i vrednovanje funkcionalnih sposobnosti nogometaša. (2P) . 5. Mjerenje i vrednovanje biokemijskih varijabli nogometaša (2P). 6. Mjerenje i vrednovanje bazičnih i specifičnih motoričkih sposobnosti nogometaša (4P). 7. Mjerenje i vrednovanje osobina ličnosti i kognitivnih sposobnosti nogometaša (4P). 8. Evaluacija i primjena mjernih instrumenata za procjenu tehničko taktičke pripremljenosti nogometaša u modeliranju trenažnog procesa u nogometu (4P) 9. Evaluacija i primjena standardnih pokazatelja situacijske uspješnosti u modeliranju trenažnog procesa (2P) 10. Utvrđivanje modelnih karakteristika nogometaša različitih dobnih skupina u nogometu (4P).		

	Seminari (*Izrada seminarskog rada na temelju provedenog mjerenja skupine sportaša)* 1. Dijagnostički postupci u nogometu: izbor latentnih dimenzija (2S). 2. izbor mjernih instrumenata (1S). 3. provedba mjerenja (2S). 4. registracija i obrada prikupljenih podataka (2S). 5. analiza i interpretacija rezultata (2S). 6. prezentacija dobivenih rezultata (2S). 7. primjena rezultata testiranja u programiranju treninga. Primjena rezultata testiranja u planiranju, programiranju i kontroli efekata treninga i natjecanja (2S). 8. Primjena rezultata testiranja u kontroli efekata treninga i natjecanja (2S).
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.

praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	15%	0,5	Pisani ispit		
	seminarski rad	25%	1,5	usmeni ispit	60%	3,0
				ukupno	**5 ECTS**	

obvezna literatura	1. Sudarov, N., Fratrić, F. (2007). Dijagnostika treniranosti sportaša. www. sportska –knjiga. hr 2. Marković,G., Bradić, A. (2008). Nogomet – integralni kondicijski trening. 3. Weineck, E. J. Optimales Fussballtraining (prijevod na Hrvatski jezik). Zagreb: Kineziološki fakultet.
dopunska literatura	1. Jerković, S., Barišić, V. (1993). Kanonička povezanost nekih situacijsko-motoričkih varijabli i uspjeha u nogometnoj igri. Kineziologija, 25 (1-2), 63-69. 2. Jerković, S., Barišić, V. (1997). Dijagnostika stanja bazičnih i specifičnih motoričkih sposobnosti nogometaša. In Dragan Milanović i Stjepan Heimer (ur.), Zbornik radova Međunarodnog savjetovanja „Dijagnostika treniranosti sportaša“ , 6. zagrebački sajam športa, Zagreb, 1. ožujka (str. 130-134). Zagreb, Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu.
način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U NOGOMETU III. (172680)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić**	
kancelarija		157	
konzultacije		srijedom od 10.00 do 11.30	
e-mail		valentin.barisic@kif.hr	
telefon		+38513658757	
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	obvezni
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90V	očekivani broj studenata na predmetu	7
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Praktično provoditi dijagnostiku pripremljenosti sportaša primjenom jednostavnih terenskih testova te pokazatelja natjecateljske izvedbe - Metodički oblikovati složenije trenažne procese i provoditi ih u praktičnim uvjetima - Planirati i programirati konkretni trenažni proces u različitim vremenskim ciklusima - Kontrolirati učinke dobivene programiranim trenažnim procesima u sportu, rekreaciji, kondicijskoj pripremi i fitnesu		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Analiza rezultata dijagnostičkog postupka te uključivanje dobivenih rezultata u plan i program rada (10V) - Izrada plana i programa treninga u makro ciklusu, mezo ciklusu i mikro ciklusu (10V) Organizacija i provedba sportske pripreme za natjecanja (10V) - Samostalna provedba trenažnoga procesa uz kontrolu mentora (20V) - Korištenje suvremenih metoda za analizu tehnika izvedaba različitih struktura kretanja (tehnika) i struktura situacija (taktika) sportske grane (10V) - Organizacija i provedba stručnih sastanaka sa sportašima i njihovim roditeljima (5V) - Analiza učinaka provedenih trenažnih postupaka ili postupaka vježbanja u sportu, kondicijskoj pripremi, rekreaciji i fitnesu (10V) - Samostalno vođenje pojedinaca i ekipa na natjecanjima (15V)		
obveze studenata	Pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje na nastavi, rješavanje problemskih zadataka.		
praćenje rada studenata	Praktični rad	100%	5
		ukupno	**5 ECTS**
obvezna literatura			
dopunska literatura			
način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.		

SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
KINEZIOLOŠKI FAKULTET

UNIVERSITAS STUDIORUM ZAGRABIENSIS
MDCLXIX

SMJER – RUKOMET – VI. SEM

Šifra predmeta	PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Studijski smjer SPORT						
172696	Programiranje treninga u rukometu	izv. prof. dr. sc. Katarina Ohnjec doc. dr. sc. Igor Gruić	60	30	0	9
172697	Kontrola treniranosti u u rukometu	izv. prof. dr. sc. Katarina Ohnjec doc. dr. sc. Igor Gruić	30	15	0	5
172698	Stručno-trenerska praksa u rukometu III.	izv. prof. dr. sc. Katarina Ohnjec doc. dr. sc. Igor Gruić	0	0	90	5
		UKUPNO	**90**	**45**	**90**	**19**

PROGRAMIRANJE TRENINGA U RUKOMETU (172696)

nositeljica predmeta		**izv. prof. dr. sc. Katarina Ohnjec**	
kancelarija			
konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		katarina.ohnjec@kif.hr	
telefon			
nositelj predmeta		**doc. dr. sc. Igor Gruić**	
kancelarija			
konzultacije			
e-mail		igor.gruic@kif.hr	
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	specijalistički
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	9 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (60P + 30S)	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Svladavanje temeljnih znanja o stručnim osnovama planiranja i programiranja treninga u rukometu u skladu s posebnošću periodizacije, kalendarom natjecanja i dopustivim mjerama oporavka. Studenti će se steći potrebne informacije o izradbi plana i programa trenažnog procesa u dugoročnom, srednjoročnom i kratkoročnom razdoblju sportske pripreme.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Stručni studij obrazuje trenere sa temeljnom stručnom kvalifikacijom za obavljanje stručnih poslova u rukometu. Ova stručna razina trenerske izobrazbe omogućito će završenim studentima potrebna znanja za uspješno planiranje, programiranje i kontrolu procesa treniranja u sportskoj grani utemeljenog na spoznajama o aktualnom stanju treniranosti prognoziranim stanjima u budućnosti kao i uvjetima u kojima se trenažni procesi odvijaju.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Studenti će steći znanja koji će ih kvalificirati za planiranje i programiranje trenažnog procesa u rukometu koji je bio predmet njihova interesa. - Znanja o osnovnim kineziološkim i antropološkim zakonitostima za uspješno planiranje treninga kao i metodičkim zakonitostima za uspješno programiranje rada sa selekcioniranim skupinama rukometaša. - Razumijevanje rezultata dijagnostičkih postupaka za utvrđivanje antropoloških obilježja rukometaša uključenih u trenažni proces - Naučiti osnovne postupke za testiranje inicijalnog stanja treniranosti i kontrolu postignutih efekata treninga i natjecateljskih postignuća. - Studenti će naučiti kako izraditi konkretan plan i program treninga za rukomtaše i rukometne ekipe različite dobi, spola i kvalitete u višegodišnjem (perspektivno planiranje i programiranje) i jednogodišnjem (kratkoročno planiranje i programiranje) ciklusu sportske pripreme.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**Predavanja i seminari** 1. Primjena općih principa i pravila u planiranju i programiranju treninga u rukometu. (2P) 2. Sportski trening u rukometu kao transformacijski proces: Upravljanje stanjima treniranosti i sportske forme u višegodišnjem i jednogodišnjem ciklusu; (2P) 3. Utvrđivanje modelnih karakteristika rukometaša različitih dobnih skupina. (2P) 4. Mjerenje i vrednovanje antropometrijskih karakteristika, funkcionalnih sposobnosti, biokemijskih varijabli, bazičnih i specifičnih motoričkih sposobnosti u funkciji određivanja ciljeva trenažnog procesa. (2P) 5. Osnovni informatički sustavi za registraciju i analizu natjecateljske aktivnosti. (2P) 6. Mjerenje i vrednovanje inicijalnog, tranzitivnih i finalnog stanja sportske forme. (2P + 2S)		

	7. Vrste sportskih natjecanja; planiranje i provedba nastupa i izvedbe (2P + 2S) 8. Opterećenja i njihov raspored kao osnova za primjenu mjera oporavka u različitim ciklusima sportske pripreme u rukometu (2P + 2S) 9. Cikličnost sportske pripreme u odnosu na specifičnosti kalendara natjecanja u rukometu. (2P) 10. Primjena različitih metoda planiranja i programiranja treninga: (simultano, mrežno, statističke metode) (2P) 11. Individualizacija trenažnog procesa u rukometu. (2P) 12. Periodizacija višegodišnjeg ciklusa sportske pripreme: početak sustavnog treninga, zrela sportska dob, etapa najviših sportskih dostignuća. (2P) 13. Specifičnosti planiranja i programiranja treninga mlađih dobnih kategorija u rukometu. (2P) 14. Specifičnosti modeliranja plana i programa treninga u mlađim dobnim kategorijama: 8-10-12-14-16-18 godina. (2P) 15. Plan i program rada u osnovnoj sportskoj školi sporta (2P + 2S) 16. Plan i program rada u specijalizirajućoj sportskoj školi sporta (2P + 2S) 17. Plan i program rada u etapi završne sportske specijalizacije u rukometu (2P + 2S) 18. Planiranje i programiranje treninga reprezentativnih selekcija(2P + 2S) 19. Olimpijski ciklus treninga: selekcija kandidata i testiranje trenažnog makrociklusa s kalendarom natjecanja u olimpijskoj godini. (2P) 20. Godišnji ciklus treninga: dužina pripremnog razdoblja, trajanje natjecateljskog razdoblja. Jednostruka, dvostruka ili trostruka periodizacija godišnjeg ciklusa treninga u rukometu. (2P) 21. Standardi i norme ukupnog godišnjeg opterećenja u rukometu. (2P) 22. Izrada plana i programa rada u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom periodu. Specifičnosti organizacije i provedbe treninga u pripremnom razdoblju - dvije, tri ili četiri faze. Period natjecanja - jedna ili dvije faze. (2P + 2S) 23. Struktura i pokazatelji sumarnog opterećenja treninga u mezociklusu. Specifičnosti pripremnoga i natjecateljskog mezociklusa u rukometu. (2P) 24. Struktura i pokazatelji sumarnog opterećenja treninga u mikrociklusu. Specifičnosti pripremnoga i natjecateljskog mikrociklusa u rukometu. (2P) 25. Izrada plana i programa treninga u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom mikrociklusu u rukometu. (2P + 2S) 26. Pojedinačni trening, utakmica, pripreme izvan mjesta stanovanja, sportsko-rekreacijske aktivnosti. (2P) 27. Interna struktura, organizacija izrada i provedba plana i programa pojedinačnog treninga u rukometu. (2P + 2S) 28. Okolinski čimbenici u funkciji uspješnog planiranja i programiranja treninga u rukometu. (2P + 2S) 29. Stručno-pedagoški standard i kriteriji uspješnosti trenerskog rada u rukometu. (2P) 30. Stručna praksa s mlađim dobnim skupinama u rukometu. (2P) 31. Seminari i vježbe u planiranju i programiranju treninga: izradba individualnih, skupnih i ekipnih programa rada u rukometu. (4S) 32. Vođenje dnevnika rada u rukometu (4S)					
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	5%	0,5	Pisani ispit	28%	2,5
	seminarski rad	22%	2	usmeni ispit	45%	4
				ukupno	**9 ECTS**	

obvezna literatura	1. Vuleta, D., Milanović, D. i sur. (2004). Znanstvena istraživanja u rukometu. Zagreb: Svebor, Kineziološki fakultet i Hrvatski rukometni savez. 2. Milanović, D. (2010). Teorija i metodika treninga. Primjenjena kineziologija u sportu. 2. dopunjeno i izmjenjeno izdanje. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 3. Milanović, D., Vuleta., Šimek, S. (2010). Planiranje i programiranje procesa poučavanja i vrednovanja tehničko taktičkih znanja u rukometu.
dopunska literatura	1. Milanović, D., Vuleta, D., Matijević, M., Zovko, Z. Gruić, I. (2009).Operativni program rada u natjecateljskom periodu, Zbornik radova Seminara za rukometne trenere XXXIII (audio/video zapis). 2. Vuleta, D.,Gruić, I., Milanović, D. (2008). Programi treninga baziranih na individualnim obilježjima igrača (individualno modeliranje rukometnog treninga), XXXII. seminar za rukometne trenere, Pula, 03. - 06. 01. 2008. (elektronsko izdanje). 3. Smajlagić, I., Vuleta, D., Gruić, I. (2007). Modeli kondicijske i tehničko-taktičke pripreme muške kadetske rukometne reprezentacije za Europsko prvenstvo 2006. u Estoniji. Zbornik radova XXXI. seminara rukometnih trenera. Zagreb: Udruga trenera Hrvatskog rukometnog saveza, 42-65. 4. Milanović, D., Vuleta, D., Jukić, I., Gruić, I., Šimek, S. (2006). Planiranje i programiranje treninga rukometaša od početnika do svjetskih prvaka. u: Zbornik radova XXX. seminara za rukometne trenere. 5. Smajlagić, I., Vuleta, D., Gruić, I. (2007). Modeliranje pojedinačnog treninga bazičnih i specifičnih motoričkih sposobnosti kadetske rukometne reprezentacije. U Zbornik 5. godišnje međunarodne konferencije "Kondicijska priprema sportaša". (str .87-90).
način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

KONTROLA TRENIRANOSTI U U RUKOMETU (172697)

nositeljica predmeta		**izv. prof. dr. sc. Katarina Ohnjec**	
kancelarija			
konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		katarina.ohnjec@kif.hr	
telefon			
nositelj predmeta		**doc. dr. sc. Igor Gruić**	
kancelarija			
konzultacije			
e-mail		igor.gruic@kif.hr	
telefon			
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	specijalistički
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica + terenska nastava		
način izvođenja nastave	45 (30P + 15S)	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Cilj predmeta jest studentima omogućiti stjecanje znanja o važnosti kontrole treniranosti sportaša u rukometu. Studentima će moći pratiti i vrednovati efekte trenažnih procesa u dugoročnom, srednjoročnom i kratkoročnom razdoblju sportske pripreme.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Ovaj stručni studij omogućit će završenim studentima razinu znanja o dijagnostičkim postupcima za objektivnu procjenu stanja treniranosti kao i tehnologijama kontrole efekata primjene procesa treniranja i natjecanja u sportskoj grani.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Temeljna znanja o hijerarhijskoj strukturi sposobnosti, osobina i motoričkih znanja odgovornih za uspjeh u rukometu koje su pogodne za utvrđivanje stanja treniranosti. - Znanja i vještine za odabir i provedbu dijagnostičkih postupaka u cilju utvrđivanja stanja pripremljenosti sportaša u sportskoj grani. - Razumijevanje i primjena rezultata dijagnostičkih postupaka u provođenju trenažnih procesa sa različitim skupinama sportaša prema kriteriju dobi, spola i razine kvalitete. - Primjena osnovnih statističkih metoda za kontrolu trenažnih procesa u rukometu.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	***Predavanja*** 1. Definicija i sadržaj kontrole treniranosti u rukometu (2P) . 2. Mjerenje i vrednovanje inicijalnog, tranzitivnih i finalnog stanja treniranosti i sportske forme u rukometu (4P). 3. Mjerenje i vrednovanje antropometrijskih karakteristika rukometaša (2P). 4. Mjerenje i vrednovanje funkcionalnih sposobnosti rukometaša. (2P) . 5. Mjerenje i vrednovanje biokemijskih varijabli rukometaša (2P). 6. Mjerenje i vrednovanje bazičnih i specifičnih motoričkih sposobnosti rukometaša (4P). 7. Mjerenje i vrednovanje osobina ličnosti i kognitivnih sposobnosti rukometaša (4P). 8. Evaluacija i primjena mjernih instrumenata za procjenu tehničko taktičke pripremljenosti rukometaša u modeliranju trenažnog procesa u rukometu (4P) 9. Evaluacija i primjena standardnih pokazatelja situacijske uspješnosti u modeliranju trenažnog procesa (2P) 10. Utvrđivanje modelnih karakteristika rukometaša različitih dobnih skupina u rukometu (4P).		

	Seminari (*Izrada seminarskog rada na temelju provedenog mjerenja skupine sportaša)* 1. Dijagnostički postupci u rukometu: izbor latentnih dimenzija (2S). 2. izbor mjernih instrumenata (1S). 3. provedba mjerenja (2S). 4. registracija i obrada prikupljenih podataka (2S). 5. analiza i interpretacija rezultata (2S). 6. prezentacija dobivenih rezultata (2S). 7. primjena rezultata testiranja u programiranju treninga. Primjena rezultata testiranja u planiranju, programiranju i kontroli efekata treninga i natjecanja (2S). 8. Primjena rezultata testiranja u kontroli efekata treninga i natjecanja (2S).
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.

praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	15%	0,5	Pisani ispit		
	seminarski rad	25%	1,5	usmeni ispit	60%	3,0
				ukupno	**5 ECTS**	

obvezna literatura	1. Vuleta, D., Milanović, D. i sur. (2004). Znanstvena istraživanja u rukometu. Zagreb: Svebor, Kineziološki fakultet i Hrvatski rukometni savez. 2. Milanović, D. (2010). Teorija i metodika treninga. Primjenjena kineziologija u. 2. dopunjeno i izmjenjeno izdanje. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 3. Milanović, D., Vuleta., Šimek, S. (2010). Planiranje i programiranje procesa poučavanja i vrednovanja tehničko taktičkih znanja u rukometu. Zbornik radova XXXIV. seminar rukometnih trenera, Pula, 07. - 10. 01. 2010. (elektronsko izdanje).
dopunska literatura	1. Vuleta, D.,Gruić, I., Milanović, D. (2008). Programi treninga baziranih na individualnim obilježjima igrača (individualno modeliranje rukometnog treninga), XXXII. seminar za rukometne trenere, Pula, 03. - 06. 01. 2008. (elektronsko izdanje). 2. Smajlagić, I., Vuleta, D., Gruić, I. (2007). Modeli kondicijske i tehničko-taktičke pripreme muške kadetske rukometne reprezentacije za Europsko prvenstvo 2006. u Estoniji. Zbornik radova XXXI. seminara rukometnih trenera. Zagreb: Udruga trenera Hrvatskog rukometnog saveza, 42-65. 3. Vučetić, V. (2010). Dijagnostički postupci za procjenu razine treniranosti brzine, agilnosti i eksplozivnosti. U Jukić, Igor ; Gregov, Cvita ; Šalaj, Sanja ; Milanović, Luka ;Trošt-Bobić, Tatjana (ur.) Zbornik radova 8. godišnje međunarodne konferencije «Kondicijska priprema sportaša 2010 – Trening brzine, agilnosti i eksplozivnosti. Zagreb : Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Udruga kondicijskih trenera Hrvatske. str. 27-36 4. Vuleta, D. Milanović, D. Gruić, I. Jukić, I. (2006). Mjerenje, vrednovanje i prezentacija kondicijske pripremljenosti u rukometu. U *Zbornik radova XXX. Seminara rukometnih trenera*.Udruga trenera Hrvatskog rukometnog saveza. 5. Peharec, S. (2010). Funkcionalno testiranja i biomehanička mjerenja rukometašica RK „Podravka“. Zbornik radova XXXIV. seminar rukometnih trenera, Pula, 07. - 10. 01. 2010. (elektronsko izdanje).
način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U RUKOMETU III. (172698)

nositeljica predmeta		**izv. prof. dr. sc. Katarina Ohnjec**				
kancelarija						
konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a				
e-mail		katarina.ohnjec@kif.hr				
telefon						
nositelj predmeta		**doc. dr. sc. Igor Gruić**				
kancelarija						
konzultacije						
e-mail		igor.gruic@kif.hr				
telefon						
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta			obvezni	
semestar	VI.	godina studija			III.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost			5 ECTS	
mjesto izvođenja	Predavaonica					
način izvođenja nastave	90V	očekivani broj studenata na predmetu			2	
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.					
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.					
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Praktično provoditi dijagnostiku pripremljenosti sportaša primjenom jednostavnih terenskih testova te pokazatelja natjecateljske izvedbe - Metodički oblikovati složenije trenažne procese i provoditi ih u praktičnim uvjetima - Planirati i programirati konkretni trenažni proces u različitim vremenskim ciklusima - Kontrolirati učinke dobivene programiranim trenažnim procesima u sportu, rekreaciji, kondicijskoj pripremi i fitnesu					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Analiza rezultata dijagnostičkog postupka te uključivanje dobivenih rezultata u plan i program rada (10V) - Izrada plana i programa treninga u makro ciklusu, mezo ciklusu i mikro ciklusu (10V) Organizacija i provedba sportske pripreme za natjecanja (10V) - Samostalna provedba trenažnoga procesa uz kontrolu mentora (20V) - Korištenje suvremenih metoda za analizu tehnika izvedaba različitih struktura kretanja (tehnika) i struktura situacija (taktika) sportske grane (10V) - Organizacija i provedba stručnih sastanaka sa sportašima i njihovim roditeljima (5V) - Analiza učinaka provedenih trenažnih postupaka ili postupaka vježbanja u sportu, kondicijskoj pripremi, rekreaciji i fitnesu (10V) - Samostalno vođenje pojedinaca i ekipa na natjecanjima (15V)					
obveze studenata	Pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje na nastavi, rješavanje problemskih zadataka.					
	Praktični rad	100%	5			

praćenje rada studenata	ukupno	**5 ECTS**
obvezna literatura		
dopunska literatura		
način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.	

SMJER – SKIJANJE – VI. SEM

Šifra predmeta	PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
172699	Programiranje treninga u skijanju	izv. prof. dr. sc. Vjekosalv Cigrovski	60	30	0	9
172700	Kontrola treniranosti u skijanju	izv. prof. dr. sc. Vjekosalv Cigrovski	30	15	0	5
172701	Stručno-trenerska praksa u skijanju III.	izv. prof. dr. sc. Vjekosalv Cigrovski	0	0	90	5
		UKUPNO	**90**	**45**	**90**	**19**

PROGRAMIRANJE TRENINGA U SKIJANJU (172699)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Vjekoslav Cigrovski**	
Kancelarija		101/2	
Konzultacije		utorkom od 10.00 do 11.00 sati i prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		vjekoslav.cigrovski@kif.hr	
Telefon		+38513658702	
nastavnik		**prof. dr. sc. Bojan Matković**	
kancelarija		153	
konzultacije		utorkom od 17:30 do 19:00 sati	
e-mail		bojan.matkovic@kif.hr	
telefon		+38513658753	
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	specijalistički
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	9 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (60P + 30S) ***Izvedbeni sati: 36P******	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Svladavanje temeljnih znanja o stručnim osnovama planiranja i programiranja treninga u skijanju u skladu s posebnošću periodizacije, kalendarom natjecanja i dopustivim mjerama oporavka. Studenti će se steći potrebne informacije o izradbi plana i programa trenažnog procesa u dugoročnom, srednjoročnom i kratkoročnom razdoblju sportske pripreme.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Stručni studij obrazuje trenere sa temeljnom stručnom kvalifikacijom za obavljanje stručnih poslova u skijanju. Ova stručna razina trenerske izobrazbe omogućit će završenim studentima potrebna znanja za uspješno planiranje, programiranje i kontrolu procesa treniranja u skijanju utemeljenog na spoznajama o aktualnom stanju treniranosti prognoziranim stanjima u budućnosti kao i uvjetima u kojima se trenažni procesi odvijaju.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Studenti će steći znanja koji će ih kvalificirati za planiranje i programiranje trenažnog procesa u skijanju koji je bio predmet njihova interesa. - Znanja o osnovnim kineziološkim i antropološkim zakonitostima za uspješno planiranje treninga kao i metodičkim zakonitostima za uspješno programiranje rada sa selekcioniranim skupinama skijaša. - Razumijevanje rezultata dijagnostičkih postupaka za utvrđivanje antropoloških obilježja skijaša uključenih u trenažni proces - Naučiti osnovne postupke za testiranje inicijalnog stanja treniranosti i kontrolu postignutih efekata treninga i natjecateljskih postignuća. - Studenti će naučiti kako izraditi konkretan plan i program treninga za skijaše različite dobi, spola i kvalitete u višegodišnjem (perspektivno planiranje i programiranje) i jednogodišnjem (kratkoročno planiranje i programiranje) ciklusu sportske pripreme		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Primjena općih principa i pravila u planiranju i programiranju treninga u skijanju. (2P) 2. Sportski trening u skijanju kao transformacijski proces: Upravljanje stanjima treniranosti i sportske forme u višegodišnjem i jednogodišnjem ciklusu; (2P) 3. Utvrđivanje modelnih karakteristika skijaša različitih dobnih skupina. (2P) 4. Mjerenje i vrednovanje antropometrijskih karakteristika, funkcionalnih sposobnosti, biokemijskih varijabli, bazičnih i specifičnihmotoričkih sposobnosti u funkciji određivanja ciljeva trenažnog procesa. (2P)		

	5. Osnovni informatički sustavi za registraciju i analizu natjecateljske aktivnosti. (2P) 6. Mjerenje i vrednovanje inicijalnog, tranzitivnih i finalnog stanja sportske forme. (2P + 2S) 7. Vrste sportskih natjecanja; planiranje i provedba nastupa i izvedbe (2P + 2S) 8. Opterećenja i njihov raspored kao osnova za primjenu mjera oporavka u različitim ciklusima sportske pripreme u skijanju (2P + 2S) 9. Cikličnost sportske pripreme u odnosu na specifičnosti kalendara natjecanja u skijanju. (2P) 10. Primjena različitih metoda planiranja i programiranja treninga skijaša: (simultano, mrežno, statističke metode) (2P) 11. Individualizacija trenažnog procesa u skijanju. (2P) 12. Periodizacija višegodišnjeg ciklusa sportske pripreme: početak sustavnog treninga, zrela sportska dob, etapa najviših sportskih dostignuća. (2P) 13. Specifičnosti planiranja i programiranja treninga mlađih dobnih kategorija u skijanju. (2P) 14. Specifičnosti modeliranja plana i programa treninga skijaša u mlađim dobnim kategorijama: 8-10-12-14-16-18 godina.(2P) 15. Plan i program rada u osnovnoj skijaškoj školi (2P + 2S) 16. Plan i program rada u specijalizirajućoj skijaškoj školi (2P + 2S) 17. Plan i program rada u etapi završne sportske specijalizacije u skijanju (2P + 2S) 18. Planiranje i programiranje treninga reprezentativnih selekcija u skijanju(2P + 2S) 19. Olimpijski ciklus treninga: selekcija kandidata i testiranje trenažnog makrociklusa s kalendarom natjecanja u olimpijskoj godini.(2P) 20. Godišnji ciklus treninga: dužina pripremnog razdoblja, trajanje natjecateljskog razdoblja. Jednostruka, dvostruka ili trostruka periodizacija godišnjeg ciklusa treninga u skijanju. (2P) 21. Standardi i norme ukupnog godišnjeg opterećenja u skijanju. (2P) 22. Izrada plana i programa rada u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom periodu. Specifičnosti organizacije i provedbe treninga u pripremnom razdoblju - dvije, tri ili četiri faze. Period natjecanja - jedna ili dvije faze. (2P + 2S) 23. Struktura i pokazatelji sumarnog opterećenja treninga u mezociklusu. Specifičnosti pripremnoga i natjecateljskog mezociklusa u skijanju. (2P) 24. Struktura i pokazatelji sumarnog opterećenja treninga u mikrociklusu. Specifičnosti pripremnoga i natjecateljskog mikrociklusa u skijanju. (2P) 25. Izrada plana i programa treninga u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom mikrociklusu u skijanju. (2P + 2S) 26. Pojedinačni trening, natjecanje, pripreme izvan mjesta stanovanja, sportsko-rekreacijske aktivnosti. (2P) 27. Interna struktura, organizacija izrada i provedba plana i programa pojedinačnog treninga u skijanju. (2P + 2S) 28. Okolinski čimbenici u funkciji uspješnog planiranja i programiranja treninga u skijanju. (2P + 2S) 29. Stručno-pedagoški standard i kriteriji uspješnosti trenerskog rada u skijanju. (2P) 30. Stručna praksa s mlađim dobnim skupinama u skijanju. (2P) 31. Seminari i vježbe u planiranju i programiranju treninga: izradba individualnih, skupnih i ekipnih programa rada u skijanju.(4S) 32. Vođenje dnevnika rada u skijanju (4S)
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci

praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	5%	0,5	Pisani ispit	28%	2,5
	seminarski rad	22%	2	usmeni ispit	45%	4
				Ukupno	**9 ECTS**	

obvezna literatura	Cigrovski, V., Matković, B., Novak, D. (2008). Differences in some anthropological characteristics of young alpine skiers recorded during one competitive season. Kineziologia Slovenica, 14(3), 26-32.Bompa, Tudor, O. (2005). Cjelokupan trening za mlade pobjednike. Zagreb: Gopal. Cigrovski, V., Matković, B., Krističević, T. (2006). Antropološke karakteristike kao osnova za selekciju u alpskom skijanju. Hrvatski športskomedicinski vjesnik, 21(2), 103-8. Bompa, Tudor, O. (2006). Periodizacija. Teorija i metodologija treninga. Zagreb: Gopal.
dopunska literatura	1. Bompa, Tudor, O. (2005). Cjelokupan trening za mlade pobjednike. Zagreb: Gopal. 2. Milanović, D.(2010). Teorija i metodika treninga. Zagreb: Odjel za izobrazbu trenera Društvenog veleučilišta u Zagrebu, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu
način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

KONTROLA TRENIRANOSTI U SKIJANJU (172700)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Vjekoslav Cigrovski**	
Kancelarija		101/2	
Konzultacije		utorkom od 10.00 do 11.00 sati i prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		vjekoslav.cigrovski@kif.hr	
Telefon		+38513658702	
nastavnik		**prof. dr. sc. Bojan Matković**	
kancelarija		153	
konzultacije		utorkom od 17:30 do 19:00 sati	
e-mail		bojan.matkovic@kif.hr	
telefon		+38513658753	
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	specijalistički
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	45 (30P + 15S) ***Izvedbeni sati: 14P******	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Cilj predmeta jest studentima omogućiti stjecanje znanja o važnosti kontrole treniranosti natjecatelja u skijanju. Studentima će moći pratiti i vrednovati efekte trenažnih procesa u dugoročnom, srednjoročnom i kratkoročnom razdoblju sportske pripreme skijaša.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Ovaj stručni studij omogućit će završenim studentima razinu znanja o dijagnostičkim postupcima za objektivnu procjenu stanja treniranosti kao i tehnologijama kontrole efekata primjene procesa treniranja i natjecanja u skijanju.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Temeljna znanja o hijerarhijskoj strukturi sposobnosti, osobina i motoričkih znanja odgovornih za uspjeh u skijanju koje su pogodne za utvrđivanje stanja treniranosti. - Znanja i vještine za odabir i provedbu dijagnostičkih postupaka u cilju utvrđivanja stanja pripremljenosti natjecatelja u skijanju. - Razumijevanje i primjena rezultata dijagnostičkih postupaka u provođenju trenažnih procesa sa različitim skupinama skijaša prema kriteriju dobi, spola i razine kvalitete. - Primjena osnovnih statističkih metoda za kontrolu trenažnih procesa u skijanju		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja 1. Definicija i sadržaj kontrole treniranosti u skijanju (2P) . 2. Mjerenje i vrednovanje inicijalnog, tranzitivnih i finalnog stanja treniranosti i sportske forme u skijanju (4P). 3. Mjerenje i vrednovanje antropometrijskih karakteristika skijaša (2P). 4. Mjerenje i vrednovanje funkcionalnih sposobnosti skijaša. (2P) . 5. Mjerenje i vrednovanje biokemijskih varijabli skijaša (2P). 6. Mjerenje i vrednovanje bazičnih i specifičnih motoričkih sposobnosti skijaša (4P). 7. Mjerenje i vrednovanje osobina ličnosti i kognitivnih sposobnosti skijaša (4P). 8. Evaluacija i primjena mjernih instrumenata za procjenu tehničko taktičke pripremljenosti skijaša u modeliranju trenažnog procesa (4P) 9. Evaluacija i primjena standardnih pokazatelja situacijske uspješnosti u modeliranju trenažnog procesa skijaša (2P)		

	10. Utvrđivanje modelnih karakteristika skijaša različitih dobnih skupina u skijanju (4P). Seminari (Izrada seminarskog rada na temelju provedenog mjerenja skupine sportaša) 1. Dijagnostički postupci u skijanju: izbor latentnih dimenzija (2S). 2. izbor mjernih instrumenata (1S). 3. provedba mjerenja (2S). 4. registracija i obrada prikupljenih podataka (2S). 5. analiza i interpretacija rezultata (2S). 6. prezentacija dobivenih rezultata (2S). 7. primjena rezultata testiranja u programiranju treninga. Primjena rezultata testiranja u planiranju, programiranju i kontroli efekata treninga i natjecanja (2S). 8. Primjena rezultata testiranja u kontroli efekata treninga i natjecanja (2S).
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.

praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	15%	0,5	Pisani ispit		
	seminarski rad	25%	1,5	usmeni ispit	60%	3,0
				ukupno	**5 ECTS**	

obvezna literatura	Cigrovski, V., Matković, B., Matković, B.R. (2002). Body composition changes during competitive season in young alpine skiers. In: Proceedings book Kinesiology-new perspectives. (Eds. D. Milanović, F. Prot), Opatija 25-29.09.2002. pp. 523-526. Zagreb: Kineziološki fakultet. Cigrovski, V., Matković, B., Krističević, T. (2006). Antropološke karakteristike kao osnova za selekciju u alpskom skijanju. Hrvatski športskomedicinski vjesnik, 21(2), 103-8. Bompa, Tudor, O. (2006). Periodizacija. Teorija i metodologija treninga. Zagreb: Gopal.
dopunska literatura	1. Bompa, Tudor, O. (2005). Cjelokupan trening za mlade pobjednike. Zagreb:Gopal. 2. Cigrovski, V., Matković, B., Vučetić, V. (2010). Brzina, agilnost i eksplozivna snaga – važne motoričke sposobnosti u mladih alpskih skijaša. U: Zbornik radova Kondicijska priprema sportaša, Zagreb, 26. i 27.02.2010. str. 204-207. 3. Cigrovski, V., Matković, B. (2003). Specifična kondicijska priprema skijaša. U: Zbornik radova Kondicijska priprema sportaša, Zagreb, 21-22.02.2003. str. 518-520 4. Cigrovski, V., Matković, B. (2007). Prikaz nekih testova za procjenu eksplozivne snage kod mladih alpskih skijaša. U: Zbornik radova Kondicijska priprema sportaša, Zagreb, 23- 24.02.2007. str. 308-311.
način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U SKIJANJU III. (172701)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Vjekoslav Cigrovski**	
Kancelarija		101/2	
Konzultacije		utorkom od 10.00 do 11.00 sati i prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		vjekoslav.cigrovski@kif.hr	
Telefon		+38513658702	
nastavnik		**prof. dr. sc. Bojan Matković**	
kancelarija		153	
konzultacije		utorkom od 17:30 do 19:00 sati	
e-mail		bojan.matkovic@kif.hr	
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	obvezni
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90V	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Praktično provoditi dijagnostiku pripremljenosti sportaša primjenom jednostavnih terenskih testova te pokazatelja natjecateljske izvedbe - Metodički oblikovati složenije trenažne procese i provoditi ih u praktičnim uvjetima - Planirati i programirati konkretni trenažni proces u različitim vremenskim ciklusima - Kontrolirati učinke dobivene programiranim trenažnim procesima u sportu, rekreaciji, kondicijskoj pripremi i fitnesu		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Analiza rezultata dijagnostičkog postupka te uključivanje dobivenih rezultata u plan i program rada (10V) - Izrada plana i programa treninga u makro ciklusu, mezo ciklusu i mikro ciklusu (10V) Organizacija i provedba sportske pripreme za natjecanja (10V) - Samostalna provedba trenažnoga procesa uz kontrolu mentora (20V) - Korištenje suvremenih metoda za analizu tehnika izvedaba različitih struktura kretanja (tehnika) i struktura situacija (taktika) sportske grane (10V) - Organizacija i provedba stručnih sastanaka sa sportašima i njihovim roditeljima (5V) -Analiza učinaka provedenih trenažnih postupaka ili postupaka vježbanja u sportu, kondicijskoj pripremi, rekreaciji i fitnesu (10V) - Samostalno vođenje pojedinaca i ekipa na natjecanjima (15V)		
obveze studenata	Pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje na nastavi, rješavanje problemskih zadataka.		
praćenje rada studenata	Praktični rad	100%	5
		ukupno	**5 ECTS**
obvezna literatura			
dopunska literatura			

način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.

SMJER – SPORTSKA GIMNASTIKA – VI. SEM

Šifra predmeta	PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
172702	Programiranje treninga u sportskoj gimnastici	prof. dr. sc. Kamenka Živčić izv. prof. dr. sc. Tomislav Krističević izv. prof. dr. sc. Željko Hraski	60	30	0	9
172703	Kontrola treniranosti u sportskoj gimnastici	prof. dr. sc. Kamenka Živčić izv. prof. dr. sc. Tomislav Krističević izv. prof. dr. sc. Željko Hraski	30	15	0	5
172704	Stručno-trenerska praksa u sportskoj gimnastici III.	prof. dr. sc. Kamenka Živčić izv. prof. dr. sc. Tomislav Krističević izv. prof. dr. sc. Željko Hraski	0	0	90	5
		UKUPNO	**90**	**45**	**90**	**19**

PROGRAMIRANJE TRENINGA U SPORTSKOJ GIMNASTICI (172702)

nositeljca predmeta		**prof. dr. sc. Kamenka Živčić Marković**	
kancelarija		175	
konzultacije		ponedjeljkom od 12.30	
e-mail		kamenka.zivcic@kif.hr	
telefon			
nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomislav Krističević**	
kancelarija		dekanat	
konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		tomislav.kristicevic@kif.hr	
telefon			
nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Željko Hraski**	
kancelarija		174	
konzultacije		utorkom od 9.00 do 10.00 sati	
e-mail		zeljko.hraski@kif.hr	
telefon		+38513658774	
Nastavnik		**doc.dr. sc. Marijo Možnik**	
kancelarija		101/2	
konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		marijo.moznik@kif.hr	
telefon			
Nastavnik		**dr.sc. Lucija Milčić, pred.**	
e-mail		lucija.milcic@kif.hr	
vanjski suradnik		**mr. sc. Ratko Vuković, pred.**	
e-mail		ratko.vukovic@kif.hr	
vanjska suradnica		**Aida Badić, pred.**	
e-mail		aida.badic@kif.hr	
vanjski suradnik		**prof.dr.sc. Ivan Čuk**	
e-mail			
vanjski suradnica		**Bojan Šinkovec, prof.**	
e-mail			
vanjski suradnik		**Željko Jambrović, prof.**	
e-mail			
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	specijalistički
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	9 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (60P + 30S) ***Izvedbeni sati: 36P****	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Svladavanje temeljnih znanja o stručnim osnovama planiranja i programiranja treninga u sportskoj gimnastici u skladu s posebnošću periodizacije, kalendarom natjecanja i dopustivim mjerama oporavka. Studenti će se steći potrebne informacije o izradbi plana i programa trenažnog procesa u dugoročnom, srednjoročnom i kratkoročnom razdoblju sportske pripreme.		

ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Stručni studij obrazuje trenere sa temeljnom stručnom kvalifikacijom za obavljanje stručnih poslova u sportskoj gimnastici. Ova stručna razina trenerske izobrazbe omogućit će završenim studentima potrebna znanja za uspješno planiranje, programiranje i kontrolu procesa treniranja u svim disciplinama sportske gimnastike utemeljenog na spoznajama o aktualnom stanju treniranosti prognoziranim stanjima u budućnosti kao i uvjetima u kojima se trenažni procesi odvijaju.
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Studenti će steći znanja koji će ih kvalificirati za planiranje i programiranje trenažnog procesa u sportskoj gimnastici koji je bio predmet njihova interesa. - Znanja o osnovnim kineziološkim i antropološkim zakonitostima za uspješno planiranje treninga kao i metodičkim zakonitostima za uspješno programiranje rada sa selekcioniranim skupinama sportaša. - Razumijevanje rezultata dijagnostičkih postupaka za utvrđivanje antropoloških obilježja sportaša uključenih u trenažni proces - Naučiti osnovne postupke za testiranje inicijalnog stanja treniranosti i kontrolu postignutih efekata treninga i natjecateljskih postignuća. - Studenti će naučiti kako izraditi konkretan plan i program treninga za sportaše različite dobi, spola i kvalitete u višegodišnjem (perspektivno planiranje i programiranje) i jednogodišnjem (kratkoročno planiranje i programiranje) ciklusu sportske pripreme.
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Primjena općih principa i pravila u planiranju i programiranju treninga u sportskoj gimnastici. (2P) 2. Sportski trening u sportskoj gimnastici kao transformacijski proces: Upravljanje stanjima treniranosti i sportske forme u višegodišnjem i jednogodišnjem ciklusu; (2P) 3. Utvrđivanje modelnih karakteristika sportaša različitih dobnih skupina. (2P) 4. Mjerenje i vrednovanje antropometrijskih karakteristika, funkcionalnih sposobnosti, biokemijskih varijabli, bazičnih i specifičnih motoričkih sposobnosti u funkciji određivanja ciljeva trenažnog procesa. (2P) 5. Osnovni informatički sustavi za registraciju i analizu natjecateljske aktivnosti. (2P) 6. Mjerenje i vrednovanje inicijalnog, tranzitivnih i finalnog stanja sportske forme. (2P + 2S) 7. Vrste sportskih natjecanja; planiranje i provedba nastupa i izvedbe (2P + 2S) 8. Opterećenja i njihov raspored kao osnova za primjenu mjera oporavka u različitim ciklusima sportske pripreme u sportskoj gimnastici (2P + 2S) 9. Cikličnost sportske pripreme u odnosu na specifičnosti kalendara natjecanja u sportskoj gimnastici. (2P) 10. Primjena različitih metoda planiranja i programiranja treninga: (simultano, mrežno, statističke metode) (2P) 11. Individualizacija trenažnog procesa u sportskoj gimnastici. (2P) 12. Periodizacija višegodišnjeg ciklusa sportske pripreme: početak sustavnog treninga, zrela sportska dob, etapa najviših sportskih dostignuća. (2P) 13. Specifičnosti planiranja i programiranja treninga mlađih dobnih kategorija u sportskoj gimnastici. (2P) 14. Specifičnosti modeliranja plana i programa treninga u mlađim dobnim kategorijama: 8-10-12-14-16-18 godina. (2P) 15. Plan i program rada u osnovnoj sportskoj školi sportske gimnastike (C program) (2P + 2S) 16. Plan i program rada u specijalizirajućoj sportskoj školi sportske gimnastike (B program)(2P + 2S) 17. Plan i program rada u etapi završne sportske specijalizacije u sportskoj gimnastici (A program) (2P + 2S) 18. Planiranje i programiranje treninga reprezentativnih selekcija(2P + 2S)

	19. Olimpijski ciklus treninga: selekcija kandidata i testiranje trenažnog makrociklusa s kalendarom natjecanja u olimpijskoj godini. (2P) 20. Godišnji ciklus treninga: dužina pripremnog razdoblja, trajanje natjecateljskog razdoblja. Jednostruka, dvostruka ili trostruka periodizacija godišnjeg ciklusa treninga u sportskoj gimnastici. (2P) 21. Standardi i norme ukupnog godišnjeg opterećenja u sportskoj gimnastici. (2P) 22. Izrada plana i programa rada u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom periodu. Specifičnosti organizacije i provedbe treninga u pripremnom razdoblju - dvije, tri ili četiri faze. Period natjecanja - jedna ili dvije faze. (2P + 2S) 23. Struktura i pokazatelji sumarnog opterećenja treninga u mezociklusu. Specifičnosti pripremnoga i natjecateljskog mezociklusa u sportskoj gimnastici. (2P) 24. Struktura i pokazatelji sumarnog opterećenja treninga u mikrociklusu. Specifičnosti pripremnoga i natjecateljskog mikrociklusa u sportskoj gimnastici. (2P) 25. Izrada plana i programa treninga u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom mikrociklusu u sportskoj gimnastici. (2P + 2S) 26. Pojedinačni trening, natjecanje, pripreme izvan mjesta stanovanja. (2P) 27. Interna struktura, organizacija izrada i provedba plana i programa pojedinačnog treninga u sportskoj gimnastici. (2P + 2S) 28. Okolinski čimbenici u funkciji uspješnog planiranja i programiranja treninga u sportskoj gimnastici. (2P + 2S) 29. Stručno-pedagoški standard i kriteriji uspješnosti trenerskog rada u sportskoj gimnastici. (2P) 30. Stručna praksa s mlađim dobnim skupinama u sportskoj gimnastici. (2P) 31. Seminari i vježbe u planiranju i programiranju treninga: izradba individualnih, skupnih i ekipnih programa rada u sportskoj gimnastici. (4S) 32. Vođenje dnevnika rada u sportskoj gimnastici (4S)
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci

praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	5%	0,5	Pisani ispit	28%	2,5
	seminarski rad	22%	2	usmeni ispit	45%	4
				Ukupno	**9 ECTS**	

obvezna literatura	Hraski, Ž. (2002). Correlation between selected kinematic parameters and angular momentum in backward somersaults. u: Gianikellis K. (ur.), Proceedings of the 20th International Symposium on Biomechanics in Sport, Caceres, Spain, July 1 – 5, 2002. Caceres: Universidad de Extramadura, 167-170. Hraski, Ž., Mejovšek, M. (2004). Production of angular momentum for backward somersault. IASTED International Conference on Biomechanics, Honolulu, Hawaii, USA,.10-13. Živčić, K., Breslauer, N., Stibilj – Batinić, T. (2008). Dijagnosticiranje i znanstveno verificiranje metodičkog postupka učenja u sportskoj gimnastici. Odgojne znanosti, 1(15), 159-180.
dopunska literatura	1. Omrčen, D., Živčić Marković, K. (2009). The discourse of the epistemic community of artistic gymnastics: The analysis of articles' titles. Science of gymnastics journal. 1(1), 41-53. 2. Čuk, I., Atiković, A., Tabaković, M. (2007). Hipotetičko-funkcionalno anatomska i mehanička analiza novog gimnastičkog elementa – Tkačev salto. u: Smajlović, N. (ur.) Zbornik naučnih i stručnih radova – dodatak. Sarajevo: Univerzitet, Fakultet sporta i tjelesnog odgoja, 13-20. 3. Bricelj, A., Dolenec, A., Bučar Pajek, M., Turšič, B., Čuk, I., Čoh, M. (2007). Reliability of runway characteristics of vault in women artistic gymnastics. u: Smajlović, N. (ur.) Zbornik

	naučnih i stručnih radova – dodatak. Sarajevo: Univerzitet, Fakultet sporta i tjelesnog odgoja, 32-35. 4. Čuk, I., Bricelj, A., Bučar Pajek, M., Turšič, B., Atiković, A. (2007). Relationship between start value of vault and runway velocity in top level male artistic gymnastics. u: Smajlović, N. (ur.). Zbornik naučnih i stručnih radova – dodatak. Sarajevo: Univerzitet, Fakultet sporta i tjelesnog odgoja 64-67. 5. http://www.scienceofgymnastics.com
način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

KONTROLA TRENIRANOSTI U SPORTSKOJ GIMNASTICI (172703)

nositeljica predmeta		**prof. dr. sc. Kamenka Živčić Marković**	
kancelarija		175	
konzultacije		ponedjeljkom od 12.30	
e-mail		kamenka.zivcic@kif.hr	
telefon			
nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomislav Krističević**	
kancelarija		dekanat	
konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		tomislav.kristicevic@kif.hr	
telefon			
nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Željko Hraski**	
kancelarija		174	
konzultacije		utorkom od 9.00 do 10.00 sati	
e-mail		zeljko.hraski@kif.hr	
telefon		+38513658774	
Nastavnik		**doc.dr. sc. Marijo Možnik**	
kancelarija		101/2	
konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		marijo.moznik@kif.hr	
telefon			
Nastavnik		**dr.sc. Lucija Milčić, pred.**	
e-mail		lucija.milcic@kif.hr	
vanjski suradnik		**Anja Alispahić, mag. cin.**	
e-mail		anja.alispahic@kif.hr	
vanjska suradnica		**Tamara Despot, pred.**	
e-mail		tamara.despot@kif.hr	
vanjski suradnik		**prof.dr.sc. Ivan Čuk**	
e-mail			
vanjski suradnica		**Bojan Šinkovec, prof.**	
e-mail			
vanjski suradnik		**Željko Jambrović, prof.**	
e-mail			
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	specijalistički
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	45 (30P + 15S) ***Izvedbeni sati: 14P****	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta jest studentima omogućiti stjecanje znanja o važnosti kontrole treniranosti sportaša u sportskoj gimnastici. Studentima će moći pratiti i vrednovati efekte trenažnih procesa u dugoročnom, srednjoročnom i kratkoročnom razdoblju sportske pripreme.		

ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Ovaj stručni studij omogućit će završenim studentima razinu znanja o dijagnostičkim postupcima za objektivnu procjenu stanja treniranosti kao i tehnologijama kontrole efekata primjene procesa treniranja i natjecanja u sportskoj gimnastici.
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Temeljna znanja o hijerarhijskoj strukturi sposobnosti, osobina i motoričkih znanja odgovornih za uspjeh u sportskoj gimnastici koje su pogodne za utvrđivanje stanja treniranosti. - Znanja i vještine za odabir i provedbu dijagnostičkih postupaka u cilju utvrđivanja stanja pripremljenosti gimnastičara i gimnastičarki u svakoj pojedinoj disciplini muške i ženske sportske gimnastike sukladno specifičnosti vježbanja na svakoj od natjecateljskih sprava. - Razumijevanje i primjena rezultata dijagnostičkih postupaka u provođenju trenažnih procesa sa različitim skupinama sportaša prema kriteriju dobi, spola i razine kvalitete. - Primjena osnovnih statističkih metoda za kontrolu trenažnih procesa u sportskoj gimnastici.
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja 1. Definicija i sadržaj kontrole treniranosti u sportskoj gimnastici (2P) . 2. Mjerenje i vrednovanje inicijalnog, tranzitivnih i finalnog stanja treniranosti i sportske forme u sportskoj gimnastici (4P). 3. Mjerenje i vrednovanje antropometrijskih karakteristika sportaša (2P). 4. Mjerenje i vrednovanje funkcionalnih sposobnosti sportaša. (2P) . 5. Mjerenje i vrednovanje biokemijskih varijabli sportaša (2P). 6. Mjerenje i vrednovanje bazičnih i specifičnih motoričkih sposobnosti sportaša (4P). 7. Mjerenje i vrednovanje osobina ličnosti i kognitivnih sposobnosti sportaša (4P). 8. Evaluacija i primjena mjernih instrumenata za procjenu razine i kvalitete usvojenosti elemenata tehnike u modeliranju trenažnog procesa u sportskoj gimnastici (4P) 9. Evaluacija i primjena standardnih pokazatelja situacijske uspješnosti u modeliranju trenažnog procesa (2P) 10. Utvrđivanje modelnih karakteristika sportaša različitih dobnih skupina u sportskoj gimnastici (4P). Seminari (Izrada seminarskog rada na temelju provedenog mjerenja skupine sportaša) 1. Dijagnostički postupci u sportskoj gimnastici: izbor latentnih dimenzija (2S). 2. izbor mjernih instrumenata (1S). 3. provedba mjerenja (2S). 4. registracija i obrada prikupljenih podataka (2S). 5. analiza i interpretacija rezultata (2S). 6. prezentacija dobivenih rezultata (2S). 7. primjena rezultata testiranja u programiranju treninga. Primjena rezultata testiranja u planiranju, programiranju i kontroli efekata treninga i natjecanja (2S). 8. Primjena rezultata testiranja u kontroli efekata treninga i natjecanja (2S).
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.

praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	15%	0,5	Pisani ispit		
	seminarski rad	25%	1,5	usmeni ispit	60%	3,0
				ukupno	**5 ECTS**	

obvezna literatura	Hraski, Ž. (2002). Correlation between selected kinematic parameters and angular momentum in backward somersaults. u:NGianikellis K. (ur.), Proceedings of the 20th International Symposium on Biomechanics in Sport, Caceres, Spain, July 1 – 5, 2002. Caceres: Universidad de Extramadura, 167-170. Hraski, Ž., Mejovšek, M. (2004). Production of angular momentum for backward somersault. IASTED International Conference on Biomechanics, Honolulu, Hawaii, USA,.10-13.

	Živčić, K., Breslauer, N., Stibilj – Batinić, T. (2008). Dijagnosticiranje i znanstveno verificiranje metodičkog postupka učenja u sportskoj gimnastici. Odgojne znanosti, 1(15), 159-180.
dopunska literatura	1. Omrčen, D., Živčić Marković, K. (2009). The discourse of the epistemic community of artistic gymnastics: The analysis of articles' titles. Science of gymnastics journal. 1(1), 41-53. 2. Čuk, I., Atiković, A., Tabaković, M. (2007). Hipotetičko-funkcionalno anatomska i mehanička analiza novog gimnastičkog elementa – Tkačev salto. u: Smajlović, N. (ur.) Zbornik naučnih i stručnih radova – dodatak. Sarajevo: Univerzitet, Fakultet sporta i tjelesnog odgoja, 13-20. 3. Bricelj, A., Dolenec, A., Bučar Pajek, M., Turšič, B., Čuk, I., Čoh, M. (2007). Reliability of runway characteristics of vault in women artistic gymnastics. u: Smajlović, N. (ur.) Zbornik naučnih i stručnih radova – dodatak. Sarajevo: Univerzitet, Fakultet sporta i tjelesnog odgoja, 32-35. 4. Čuk, I., Bricelj, A., Bučar Pajek, M., Turšič, B., Atiković, A. (2007). Relationship between start value of vault and runway velocity in top level male artistic gymnastics. u: Smajlović, N. (ur.). Zbornik naučnih i stručnih radova – dodatak. Sarajevo: Univerzitet, Fakultet sporta i tjelesnog odgoja 64-67. 5. http://www.scienceofgymnastics.com
način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U SPORTSKOJ GIMANSTICI III. (172704)

nositeljca predmeta		**prof. dr. sc. Kamenka Živčić Marković**	
kancelarija		175	
konzultacije		ponedjeljkom od 12.30	
e-mail		kamenka.zivcic@kif.hr	
telefon			
nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Tomislav Krističević**	
kancelarija		dekanat	
konzultacije		prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		tomislav.kristicevic@kif.hr	
telefon			
nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Željko Hraski**	
kancelarija		174	
konzultacije		utorkom od 9.00 do 10.00 sati	
e-mail		zeljko.hraski@kif.hr	
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	obvezni
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90V	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Praktično provoditi dijagnostiku pripremljenosti sportaša primjenom jednostavnih terenskih testova te pokazatelja natjecateljske izvedbe - Metodički oblikovati složenije trenažne procese i provoditi ih u praktičnim uvjetima - Planirati i programirati konkretni trenažni proces u različitim vremenskim ciklusima - Kontrolirati učinke dobivene programiranim trenažnim procesima u sportu, rekreaciji, kondicijskoj pripremi i fitnesu		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Analiza rezultata dijagnostičkog postupka te uključivanje dobivenih rezultata u plan i program rada (10V) - Izrada plana i programa treninga u makro ciklusu, mezo ciklusu i mikro ciklusu (10V) Organizacija i provedba sportske pripreme za natjecanja (10V) - Samostalna provedba trenažnoga procesa uz kontrolu mentora (20V) - Korištenje suvremenih metoda za analizu tehnika izvedaba različitih struktura kretanja (tehnika) i struktura situacija (taktika) sportske grane (10V) - Organizacija i provedba stručnih sastanaka sa sportašima i njihovim roditeljima (5V) -Analiza učinaka provedenih trenažnih postupaka ili postupaka vježbanja u sportu, kondicijskoj pripremi, rekreaciji i fitnesu (10V) - Samostalno vođenje pojedinaca i ekipa na natjecanjima (15V)		
obveze studenata	Pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje na nastavi, rješavanje problemskih zadataka.		

praćenje rada studenata	Praktični rad	100%	5			
					ukupno	**5 ECTS**
obvezna literatura						
dopunska literatura						
način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.					

SMJER – TAEKWONDO– VI. SEM

Šifra predmeta	PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
172717	Programiranje treninga u taekwondou	izv.prof. dr. sc. Saša Vuk	60	30	0	9
172718	Kontrola treniranosti u taekwondou	izv.prof. dr. sc. Saša Vuk	30	15	0	5
172719	Stručno-trenerska praksa u taekwondou II.	izv.prof. dr. sc. Saša Vuk	0	0	90	5
		UKUPNO	**90**	**45**	**90**	**19**

PROGRAMIRANJE TRENINGA U TAEKWONDOU (172717)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Saša Vuk**	
Kancelarija		40/3	
Konzultacije		prema dogovoru e-mailom	
e-mail		sasa.vuk@kif.hr	
Telefon		+38513658603	
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	specijalistički
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema.	bodovna vrijednost	9 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (60P + 30S)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Svladavanje temeljnih znanja o stručnim osnovama planiranja i programiranja treninga u taekwondou u skladu s posebnošću periodizacije, kalendarom natjecanja i dopustivim mjerama oporavka. Studenti će se steći potrebne informacije o izradbi plana i programa trenažnog procesa u dugoročnom, srednjoročnom i kratkoročnom razdoblju sportske pripreme taekwondo sportaša.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Stručni studij obrazuje taekwondo trenere sa temeljnom stručnom kvalifikacijom za obavljanje stručnih poslova u taekwondou. Ova stručna razina trenerske izobrazbe omogućit će završenim studentima potrebna znanja za uspješno planiranje, programiranje i kontrolu procesa treniranja u sportskoj grani utemeljenog na spoznajama o aktualnom stanju treniranosti prognoziranim stanjima u budućnosti kao i uvjetima u kojima se trenažni procesi odvijaju.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Studenti će steći znanja koji će ih kvalificirati za planiranje i programiranje trenažnog procesa u taekwondou koji je bio predmet njihova interesa. - Znanja o osnovnim kineziološkim i antropološkim zakonitostima za uspješno planiranje treninga kao i metodičkim zakonitostima za uspješno programiranje rada sa selekcioniranim skupinama sportaša. - Razumijevanje rezultata dijagnostičkih postupaka za utvrđivanje antropoloških obilježja sportaša uključenih u trenažni proces taekwondou - Naučiti osnovne postupke za testiranje inicijalnog stanja treniranosti i kontrolu postignutih efekata treninga i natjecateljskih postignuća. - Studenti će naučiti kako izraditi konkretan plan i program treninga taekowndo sportaša i sportske ekipe različite dobi, spola i kvalitete u višegodišnjem (perspektivno planiranje i programiranje) i jednogodišnjem (kratkoročno planiranje i programiranje) ciklusu sportske pripreme.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari **1.** Primjena općih principa i pravila u planiranju i programiranju treninga u taekwodou. (2P) **2.** Sportski trening u taekwodou kao transformacijski proces: Upravljanje stanjima treniranosti i sportske forme u višegodišnjem i jednogodišnjem ciklusu; (2P) **3.** Utvrđivanje modelnih karakteristika sportaša različitih dobnih skupina. (2P) **4.** Mjerenje i vrednovanje antropometrijskih karakteristika, funkcionalnih sposobnosti, biokemijskih varijabli, bazičnih i specifičnih motoričkih sposobnosti u funkciji određivanja ciljeva trenažnog procesa. (2P) **5.** Osnovni informatički sustavi za registraciju i analizu natjecateljske aktivnosti. (2P) **6.** Mjerenje i vrednovanje inicijalnog, tranzitivnih i finalnog stanja sportske forme. (2P + 2S) **7.** Vrste sportskih natjecanja; planiranje i provedba nastupa i izvedbe (2P + 2S)		

	8. Opterećenja i njihov raspored kao osnova za primjenu mjera oporavka u različitim ciklusima sportske pripreme u taekwodou (2P + 2S) **9.** Cikličnost sportske pripreme u odnosu na specifičnosti kalendara natjecanja u taekwodou. (2P) **10.** Primjena različitih metoda planiranja i programiranja treninga: (simultano, mrežno, statističke metode) (2P) **11.** Individualizacija trenažnog procesa u taekwodou. (2P) **12.** Periodizacija višegodišnjeg ciklusa sportske pripreme: početak sustavnog treninga, zrela sportska dob, etapa najviših sportskih dostignuća. (2P) **13.** Specifičnosti planiranja i programiranja treninga mlađih dobnih kategorija u taekwodou. (2P) **14.** Specifičnosti modeliranja plana i programa treninga u mlađim dobnim kategorijama: 8-10-12-14-16-18 godina. (2P) **15.** Plan i program rada u osnovnoj sportskoj školi sporta (2P + 2S) **16.** Plan i program rada u specijalizirajućoj sportskoj školi sporta (2P + 2S) **17.** Plan i program rada u etapi završne sportske specijalizacije u taekwodou (2P + 2S) **18.** Planiranje i programiranje treninga reprezentativnih selekcija(2P + 2S) **19.** Olimpijski ciklus treninga: selekcija kandidata i testiranje trenažnog makrociklusa s kalendarom natjecanja u olimpijskoj godini. (2P) **20.** Godišnji ciklus treninga: dužina pripremnog razdoblja, trajanje natjecateljskog razdoblja. Jednostruka, dvostruka ili trostruka periodizacija godišnjeg ciklusa treninga u taekwodou. (2P) **21.** Standardi i norme ukupnog godišnjeg opterećenja u taekwodou. (2P) **22.** Izrada plana i programa rada u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom periodu. Specifičnosti organizacije i provedbe treninga u pripremnom razdoblju - dvije, tri ili četiri faze. Period natjecanja - jedna ili dvije faze. (2P + 2S) **23.** Struktura i pokazatelji sumarnog opterećenja treninga u mezociklusu. Specifičnosti pripremnoga i natjecateljskog mezociklusa u jtaekwodou. (2P) **24.** Struktura i pokazatelji sumarnog opterećenja treninga u mikrociklusu. Specifičnosti pripremnoga i natjecateljskog mikrociklusa u taekwodou. (2P) **25.** Izrada plana i programa treninga u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom mikrociklusu u taekwodou. (2P + 2S) **26.** Pojedinačni trening, utakmica, pripreme izvan mjesta stanovanja, sportsko-rekreacijske aktivnosti. (2P) **27.** Interna struktura, organizacija izrada i provedba plana i programa pojedinačnog treninga u taekwodou. (2P + 2S) **28.** Okolinski čimbenici u funkciji uspješnog planiranja i programiranja treninga u taekwodou. (2P + 2S) **29.** Stručno-pedagoški standard i kriteriji uspješnosti trenerskog rada u taekwodou. (2P) **30.** Stručna praksa s mlađim dobnim skupinama u jtaekwodou. (2P) **31.** Seminari i vježbe u planiranju i programiranju treninga: izradba individualnih, skupnih i ekipnih programa rada u jtaekwodou. (4S) **32.** Vođenje dnevnika rada u taekwodou (4S)
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci

praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	5%	0,5	Pisani ispit	28%	2,5
	seminarski rad	22%	2	usmeni ispit	45%	4
				ukupno	**9 ECTS**	

obvezna literatura	Willy Pieter, and John Heijmans (2000) Scientific Coaching for Olympic Taekwondo . Meyers & Meyers. Kukkiwon (2005) Taekwondo Textbook. Kukkiwon. Publisher: Osung, Seoul: 788 pages Momirović, K., F. Prot, D. Dugić, K. Bosnar, N. Erjavec, M. Gredelj, J. Kern, V. Dobrić i J. Radaković (1987): Metode, algoritmi i programi za analizu kvantitativnih i kvalitativnih promjena. Institut za kineziologiju, Zagreb.

	COTA, Toni (1995) Utjecaj tromj. sustavnog tae-kwon-do tren. na kvant. promjene nekih morf. i motor.
dopunska literatura	**1.** Momirović, K., J. Štalec, F. Prot, K. Bosnar, N. Viskić-Štalec, L. Pavičić, i V. Dobrić (1984): Kompjuterski programi za klasifikaciju, selekciju, programiranje i kontrolu treninga. Fakultet za fizičku kulturu, Zagreb. **2.** Cota, Toni (1995) Utjecaj tromj. sustavnog tae-kwon-do tren. na kvant. promjene nekih morf. i motor. obilježja dječaka (11-14) / Toni Cota; mentor mr. Franjo Prot. - Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu, 1995 -. - 29 str. ; 30 cm.. - (Diplomski rad na FFK, VII stupanj) 3. ŽIVKO Kornelija (1989) Utjecaj višemjesečnog sistematskog treninga na kvantitativne promjene nekih morfoloških i motoričkih obilježja muškaraca starih od 18-22 godine (TAEKWONDO) / Kornelija Živko ; mentor mr Franjo Prot. - Zagreb : Fakultet za fizičku kulturu, 1989. - 41 str. ; 30 cm. - (Diplomski rad stud. VII stupnja na FFK) Bibliografija str. 40-41.
način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

KONTROLA TRENIRANOSTI U TAEKWONDOU (172718)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Saša Vuk**	
Kancelarija		40/3	
Konzultacije		prema dogovoru e-mailom	
e-mail		sasa.vuk@kif.hr	
Telefon		+38513658603	
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	specijalistički
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica + terenska nastava		
način izvođenja nastave	45 (30P + 15S)	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta jest studentima omogućiti stjecanje znanja o važnosti kontrole treniranosti sportaša u TAEKWONDO sportu. Studentima će moći pratiti i vrednovati efekte trenažnih procesa u dugoročnom, srednjoročnom i kratkoročnom razdoblju sportske pripreme.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Ovaj stručni studij omogućit će završenim studentima razinu znanja o dijagnostičkim postupcima za objektivnu procjenu stanja treniranosti kao i tehnologijama kontrole efekata primjene procesa treniranja i natjecanja u sportskoj grani.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Temeljna znanja o hijerarhijskoj strukturi sposobnosti, osobina i motoričkih znanja odgovornih za uspjeh u taekwondo sportu koje su pogodne za utvrđivanje stanja treniranosti. - Znanja i vještine za odabir i provedbu dijagnostičkih postupaka u cilju utvrđivanja stanja pripremljenosti sportaša u taekwondou. - Razumijevanje i primjena rezultata dijagnostičkih postupaka u provođenju trenažnih procesa sa različitim skupinama sportaša prema kriteriju dobi, spola i razine kvalitete. Primjena osnovnih statističkih metoda za kontrolu trenažnih procesa u taekwondou.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja **1.** Definicija i sadržaj kontrole treniranosti u taekwondou (2P) . **2.** Mjerenje i vrednovanje inicijalnog, tranzitivnih i finalnog stanja treniranosti i sportske forme u taekwondou (4P). **3.** Mjerenje i vrednovanje antropometrijskih karakteristika taekwondo sportaša (2P). **4.** Mjerenje i vrednovanje funkcionalnih sposobnosti taekwondo sportaša (2P) . **5.** Mjerenje i vrednovanje biokemijskih varijabli taekwondo sportaša (2P). **6.** Mjerenje i vrednovanje bazičnih i specifičnih motoričkih sposobnosti taekwondo sportaša (4P). **7.** Mjerenje i vrednovanje osobina ličnosti i kognitivnih sposobnosti taekwondo sportaša (4P). **8.** Evaluacija i primjena mjernih instrumenata za procjenu tehničko taktičke pripremljenosti sportaša u modeliranju trenažnog procesa u taekwondou (4P) **9.** Evaluacija i primjena standardnih pokazatelja situacijske uspješnosti u modeliranju trenažnog procesa (2P) **10.** Utvrđivanje modelnih karakteristika sportaša različitih dobnih skupina u taekwondou (4P). Seminari (*Izrada seminarskog rada na temelju provedenog mjerenja skupine sportaša)*		

	1. Dijagnostički postupci u taekwondou: izbor primjerenog modela latentnih dimenzija (2S). **2.** izbor mjernih instrumenata (1S). **3.** provedba mjerenja (2S). **4.** registracija i obrada prikupljenih podataka (2S). **5.** analiza i interpretacija rezultata (2S). **6.** prezentacija dobivenih rezultata (2S). **7.** primjena rezultata testiranja u programiranju treninga. Primjena rezultata testiranja u planiranju, programiranju i kontroli efekata treninga i natjecanja (2S). Primjena rezultata testiranja u kontroli efekata treninga i natjecanja (2S).
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.

praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	15%	0,5	Pisani ispit		
	seminarski rad	25%	1,5	usmeni ispit	60%	3,0
				ukupno	**5 ECTS**	

obvezna literatura	Willy Pieter, and John Heijmans (2000) Scientific Coaching for Olympic Taekwondo . Meyers & Meyers. ŽIVKO Kornelija (1989) Utjecaj višemjesečnog sistematskog treninga na kvantitativne promjene nekih morfoloških i motoričkih obilježja muškaraca starih od 18-22 godine (TAEKWONDO) / Kornelija Živko ; mentor mr Franjo Prot. - Zagreb : Fakultet za fizičku kulturu, 1989. - 41 str. ; 30 cm. - (Diplomski rad stud. VII stupnja na FFK) Bibliografija str. 40-41. Metikoš, D., E. Hofman, F. Prot, Ž. Pintar i G. Oreb (1989): Mjerenje bazičnih motoričkih dimenzija sportaša. Fakultet za fizičku kulturu, Zagreb.
dopunska literatura	1. Momirović, K., F. Prot, D. Dugić, K. Bosnar, N. Erjavec, M. Gredelj, J. Kern, V. Dobrić i J. Radaković (1987): Metode, algoritmi i programi za analizu kvantitativnih i kvalitativnih promjena. Institut za kineziologiju, Zagreb. 2. COTA, Toni (1995) Utjecaj tromj. sustavnog tae-kwon-do tren. na kvant. promjene nekih morf. i motor. obilježja dječaka (11-14) / Toni Cota ; mentor mr. Franjo Prot. - Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu, 1995 -. - 29 str. ; 30 cm.. - (Diplomski rad na FFK, VII stupanj)
način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa

STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U TAEKWONDOU III. (172719)

nositelj predmeta		**izv. prof. dr. sc. Saša Vuk**	
Kancelarija		40/3	
Konzultacije		prema dogovoru e-mailom	
e-mail		sasa.vuk@kif.hr	
Telefon		+38513658603	
studijski program	Prediplomski stručni studij	status predmeta	obvezni
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	90V	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje praktičnih znanja iz trenerske specijalnosti.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju samostalno praktično metodički oblikovati, programirati i provoditi trenažni proces u okviru svojih specijalnosti.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - Praktično provoditi dijagnostiku pripremljenosti sportaša primjenom jednostavnih terenskih testova te pokazatelja natjecateljske izvedbe - Metodički oblikovati složenije trenažne procese i provoditi ih u praktičnim uvjetima - Planirati i programirati konkretni trenažni proces u različitim vremenskim ciklusima - Kontrolirati učinke dobivene programiranim trenažnim procesima u sportu, rekreaciji, kondicijskoj pripremi i fitnesu		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	- Analiza rezultata dijagnostičkog postupka te uključivanje dobivenih rezultata u plan i program rada (10V) - Izrada plana i programa treninga u makro ciklusu, mezo ciklusu i mikro ciklusu (10V) Organizacija i provedba sportske pripreme za natjecanja (10V) - Samostalna provedba trenažnoga procesa uz kontrolu mentora (20V) - Korištenje suvremenih metoda za analizu tehnika izvedaba različitih struktura kretanja (tehnika) i struktura situacija (taktika) sportske grane (10V) - Organizacija i provedba stručnih sastanaka sa sportašima i njihovim roditeljima (5V) -Analiza učinaka provedenih trenažnih postupaka ili postupaka vježbanja u sportu, kondicijskoj pripremi, rekreaciji i fitnesu (10V) - Samostalno vođenje pojedinaca i ekipa na natjecanjima (15V)		
obveze studenata	Pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje na nastavi, rješavanje problemskih zadataka.		
praćenje rada studenata	Praktični rad	100%	5
	ukupno		**5 ECTS**
obvezna literatura			
dopunska literatura			
način praćenja kvalitete	Ocjenjivanje samostalne provedbe treninga od strane ekspertnog tima.		

IZBORNI PREDMETI/SPORTOVI – VI. SEM

Šifra predmeta	IZBORNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Smjer SPORT						
	Izborni predmet IV		15	15	0	2
	Izborni predmet/sport III		9	18	18	3
	Izborni predmet/sport IV		9	18	18	3
		UKUPNO	**31**	**51**	**36**	**8**
Smjer KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA						
	Izborni predmet IV		15	15	0	2
	Izborni predmet/sport IV		9	18	18	3
		UKUPNO	**24**	**33**	**18**	**5**
Smjer FITNES						
	Izborni predmet/sport IV		9	18	18	3
		UKUPNO	**9**	**18**	**18**	**3**
Smjer SPORTSKA REKREACIJA						
	Izborni predmet/sport IV		9	18	18	3
	Izborni predmet/sport V		9	18	18	3
		UKUPNO	**18**	**36**	**36**	**6**

broj izbornih predmeta koje upisuju u VI semestru: KPS= 1, SPORT=1

IZBORNI PREDMETI – VI. SEM

Šifra predmeta	IZBORNI PREDMETI	NOSITELJI	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
89432	Biomehanička dijagnostika	prof. dr. sc. Mario Kasović	15	15	0	2
150231	Kineziološka orijentacija i selekcija	prof. dr. sc. Goran Sporiš, izv. prof. dr. sc. Vlatko Vučetić	30	0	0	2
89433	Kineziterapija	izv. prof. dr. sc. Tatjana Trošt Bobić, izv.prof. dr. sc. Lidija Petrinović	15	0	15	2
89434	Komunikologija u sportu	izv. prof. dr. sc. Sunčica Bartoluci	15	15		2
123602	Kultura javnog govorenja	doc. dr. sc. Diana Tomić	15	15	0	2
150233	Notacijska analiza	prof. dr. sc. Goran Sporiš	15	15		
89438	Prevencija ozljeda sportaša	prof. dr. sc. Saša Janković	15	15		2
150234	Prehrana sportaša	prof. dr. sc. Zvonimir Šatalić	15	0	0	2
172740	Sport i pravo	prof. dr. sc. Siniša Petrović, prof. dr. sc. Mario Baić, prof. dr. sc. Igor Gliha	30	0	0	2
150236	Sport u europskim državama	izv. prof. dr. sc. Zrinko Čustonja	15	15	0	2
150237	Sportaš s alergijom i astmom	prof. dr. sc. Asja Stipić Marković	15	15	0	2
150238	Sportsko-rekreacijski programi u prirodi	izv. prof. dr. sc. Drena Trkulja-Petković	14	0	16	2
117524	Wellness	izv. prof. dr. sc. Danijel Jurakić	15	0	15	2
150239	Život u prirodi i vještina preživljavanja	izv. prof. dr. sc. Dražen Harasin	15	15	0	2

broj izbornih predmeta koje upisuju u VI semestru: KPS= 1, SPORT=1

NOTACIJSKA ANALIZA (150233)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Goran Sporiš**	
kancelarija		39	
konzultacije		utorkom od 14.00 do 15.00 sati	
e-mail		goran.sporis@kif.hr	
telefon			
nastavnik		**izv. prof. dr. sc. Dario Škegro**	
kancelarija		118	
konzultacije		petkom od 15.00 sati prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		dario.skegro@kif.hr	
telefon		+38513658656	
vanjski suradnik		**Mario Jovanović, prof.**	
telefon			
vanjski suradnik		**dr.sc. Krešimir Šamija**	
telefon			
studijski program	Stručni studij	status predmeta	izborni predmet
Semestar	VI	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	30 (30P) Izvedbeni sati 15P*	očekivani broj studenata na predmetu	60
ciljevi predmeta	Dati studentima znanja iz svrhe korištenja ručnih i kompjuteriziranih notacijskih sustava. Primjena notacijske analize u svrhu ocjene taktike, ocjene tehnike, analize pokreta, razvoja i modeliranja baze podataka te edukacije trenera i igrača. Sličnosti i razlike između biomehaničke i notacijske analize. Upotreba audio-vizualne i kompjuterske opreme za potrebe ručne i kompjuterizirane notacijske analize. Primjena različitih softverskih paketa za tehničku analizu izvedbe i za taktičku analizu izvedbe (sustavi obilježavanja i sustavi pračenja).		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Osnovne karakteristike ručnih i kompjuteriziranih notacijskih sustava. Prednosti i mane ručnih i kompjuteriziranih notacijskih sustava. Pouzdanost, objektivnost i valjanost različitih notacijskih sustava		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Izrada i razvoj vlastitog notacijskog sustava. Sustavi za prikupljanje podataka: dijagrami raspršenosti, tabele frekvencija i serijski sustavi podataka. Generički notacijski sustavi igre na utakmicama (ekipni sportovi). Uspoređivanje skupova rezultata dobivenih notacijskom analizom i druga znanstvena istraživanja vezana uz primjenu notacijskih analiza.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**Predavanja** □ Osnovne karakteristike ručnih i kompjuteriziranih notacijskih sustava.(4 sata) □ Prednosti i mane ručnih i kompjuteriziranih notacijskih sustava. (4 sata) □ Pouzdanost, objektivnost i valjanost različitih notacijskih sustava. (4 sata) □ Primjena notacijske analize u svrhu ocjene taktike, ocjene tehnike, analize pokreta, razvoja i modeliranja baze podataka te edukacije trenera i igrača. (4 sata) □ Sličnosti i razlike između biomehaničke i notacijske analize(4 sata) Seminari		

	Upotreba audio-vizualne i kompjuterske opreme za potrebe ručne i kompjuterizirane notacijske analize. (3 sata) Primjena različitih softverskih paketa za tehničku analizu izvedbe i za taktičku analizu izvedbe (sustavi obilježavanja i sustavi pračenja). (3 sata) Uspoređivanje skupova rezultata dobivenih notacijskom analizom i druga znanstvena istraživanja vezana uz primjenu notacijskih analiza. (4 sata)					
Obveze studenata						
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	25%	0.5	pismeni	25%	0.5
	usmeni ispit	25%	0.5	praktični rad	25%	0.5
				ukupno	**2.0 ECTS**	
Obvezna literatura	1. Talović, Munir; Fiorentini, Fredi; Sporiš, Goran; Jelešković, Eldin; Ujević, Branimir; Jovanović, Mario. Notacijska analiza u nogometu .Sarajevo : Fakultet sporta i tjelesnog odgoja, Sveučilišta u Sarajevu, 2011 2. Research Methods and Performance Analysis / Hughes, Mike; Dancs, Henriette; Nagyváradi, Katalin; Polgár, Tibor; James, Nic; Sporis, Goran; Vuckovic, Goran (ur.).Szombathely, Hungary : University of West Hungary, 2010					
Dopunska literatura	1. Jelešković, Eldin; Jozak, Hrvoje; Talović, Munir; Sporiš, Goran; Ramadanović, Murat. Correlation between Fitness profile and situation efficiency in soccer. // Homo Sporticus. 12 (2010) , 2; 11-16 2. Sporis, Goran; Naglić, Vedran; Milanović Luka; Talović, Munir; Jelešković, Eldin.Fitness Profile Of Young Elite Basketball Players (Cadets). // Acta Kinesiologica. 4 (2010) , 2; 62-68 3. Šamija, Krešimir; Sporiš, Goran; Jozak, Hrvoje; Talović, Munir; Jelešković, Eldin.Correlation Between The Indicators Of Situational Efficiency, Morphological Characteristics And Functional Abilities Of Football Players. // Sport Science. 3 (2010) , 2; 39-44 4. Jovanović, Mario; Sporiš, Goran; Omrčen, Darija; Fiorentini, Fredi. Effects Of Saq Training Method On Power Performance In Elite Soccer Players. // The Journal of Strength and Conditioning Research. 25 (2011) , 5; 1285-1292 5. Sporis, Goran; Milanovic, Luka; Jukic, Igor; Omrcen, Darija; Javier Sampedro Molinuevo.The Effect Of Agility Training On Athletic Power Performance. // Kinesiology : international journal of fundamental and applied kinesiology. 41 (2010) , 1; 65-72					
Način praćenja kvalitete	Anketni upitnik za studente o uspješnosti predavanja i seminara.					

PREVENCIJA OZLJEDA SPORTAŠA (89438)

nositelj predmeta		**prof. dr. sc. Saša Janković**	
kancelarija		186	
konzultacije		Srijedom od 11:00-12:00	
e-mail		sasa.jankovic@kif.hr	
telefon		+38513658610	
nastavnica		**izv. prof. dr. sc. Tatjana Trošt Bobić**	
kancelarija		202	
konzultacije		četvrtkom od 11:00-12:00 ili prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		tatjana.trost-bobic@kif.hr	
telefon		+38513658659	
studijski program	Stručni studij	status predmeta	izborni
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S	očekivani broj studenata na predmetu	60
ciljevi predmeta	Stjecanje osnovnih teorijskih spoznaja na temelju kojih će studenti moći planirati preventivni program vježbanja za sportaše različite dobi, spola i sportske usmjerenosti.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Osposobljavanje za odabir metodičkih i programskih postupaka prevencijskog treninga. Oni će se primjenjivati, najčešće, kao individualni programi i programi homogenih skupina koje će završeni student moći planirati, provoditi i nadzirati.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Osposobljavanje studenata za prepoznavanje rizičnih faktora i mehanizama nastanka ozljeda u sportu. - Osposobljavanje studenata za odabir metodičkih i programskih postupaka prevencijskog treninga. - Osposobljavanje studenata za provođenje i nadziranje preventivnih treninga koji se provode individualno ili u homogenim skupinama. To se posebno odnosi na znanja i sposobnosti koje će u urgentnim situacijama pomoći da sportaš izbjegne ozljedu (predviđanje i rješavanje opasnih situacija, brzina reakcije i tehnike namjernih i nenamjernih prizemljenja). - Osposobljavanje studenata za daljnja istraživanja područja prevencije ozljeda sportaša te za sustavnu primjenu novih spoznaja u sportsku praksu.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	**Predavanja** (svaka tema se obrađuje dva nastavna sata osim teme pod red.br. 1 koja se obrađuje 1 nastavni sat) 1. Globalni sustav prevencije ozljeda u sportu (4 koraka) 2. Sportske ozljede i sindromi prenaprezanja 3. Epidemiologija sportskih ozljeda (učestalost, vrsta i značaj, identifikacija problema po sportovima) 4. Rizični faktori i mehanizmi nastanka ozljeda sportaša 5. Oporavak sportaša 6. Dijagnostika u funkciji prevencije ozljeda u sportu 7. Metodika i programiranje treninga u funkciji prevencije ozljeda u sportu 8. Kondicijski trening u funkciji prevencije ozljeda sportaša		

	Seminari (svaka tema se obrađuje 2 nastavna sata osim teme pod red.br. 7 koja se obrađuje 3 nastavna sata) 1. Trening snage u funkciji prevencije ozljeda sportaša 2. Trening skočnosti i brzine u funkciji prevencije ozljeda sportaša 3. Razvoj propriocepcije i ravnoteže (posturalne kontrole) u funkciji prevencije ozljeda sportaša 4. Primjena vježbi istezanja u funkciji prevencije ozljeda sportaša 5. Kompleksni neurom Skularni trening u funkciji prevencije ozljeda sportaša 6. Trening djece i mladih u funkciji prevencije ozljeda u sportu 7. Provjera efekata preventivnog programa vježbanja – znanstvene osnove Sustav prevencije ozljeda u vrhunskom sportu sastoji se od preventivne dijagnostike stanja sportaša, razvoja i održavanja kondicijskih svojstava, učenja i usavršavanja motoričkih znanja, dugoročne sportske pripreme (koja podrazumijeva uvažavanje principa sportskog treninga i postizanje integralne pripremljenosti) te ergogenih sredstava. Okvirni sadržaj izbornog predmeta „Prevencija ozljeda sportaša“ čine postupci preventivne dijagnostike stanja sportaša u koju se ubrajaju dijagnostički postupci kao što su klinički pregledi sportaša, biokemijska dijagnostika, posturografija, pedobarografija, izokinetička dijagnostika i neuromuskularna procjena. Preventivna dijagnostika predstavlja temelj za planiranje programa prevencije ozljeda sportaša. Sastavni dijelovi preventivnog treninga jesu: unapređenje mišićnog tkiva, unapređenje vezivnog tkiva, razvoj fleksibilnosti i proprioceptivni trening. Unapređenjem mišićnog tkiva moguće je smanjiti mogućnost ozljeđivanja mišića, ali i unaprijediti motoričke sposobnosti sportaša. Namjera je da se mišićne regije, od kojih u najvećoj mjeri ovisi uspjeh u određenom sportu, optimalno razviju. Unapređenje vezivnog tkiva moguće je primjenom velikih i dinamičkih opterećenja te trenažnim podražajima niskog intenziteta i dužeg trajanja čija je svrha kapilarizacija vezivnog tkiva i poticanje kolagenog metabolizma te unapređenje hrskavica zglobova što je temeljni preduvjet za prevenciju sportskih ozljeda. Koristi od unapređenja fleksibilnosti, osim povećanja opsega pokreta, ogledaju se u prevenciji upala mišića nakon treninga i smanjenju broja i težine ozljeda što povećava zaštitu sportaša od potencijalnih opasnosti od ozljeda. Proprioceptivni trening: stavljanjem tijela sportaša u veliki broj trenažnih situacija, koje će isprovocirati aktivaciju proprioceptora, stvorit će se pretpostavke da će sportaš u urgentnim situacijama, koje bi mogle uzrokovati ozljedu, optimalno reagirati.
obveze studenata	Prisustvovanje na predavanjima i seminarima
praćenje rada studenata	seminarski rad | 100% | 2 | ukupno | **2 ECTS**
obvezna literatura	1. Janković, S., Trošt, T. (2005). Novi trendovi u rehabilitaciji mišićnih ozljeda. u: Jukić, I., Milanović, D., Šimek, S. (ur.) Kondicijska priprema sportaša: zbornik radova međunarodne godišnje konferencije, Zagreb, 25. i 26. veljače 2005. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački sportski savez i Udruga kondicijskih trenera Hrvatske. 2. Janković, S., Trošt, T. (2004). Rehabilitacija ozljeda skočnog zgloba. Kondicijski trening, 1(2), 53-61. 3. Pećina, M. (1992). Sindromi prenaprezanja. Zagreb: Globus.
dopunska literatura	1. Harries, M., Williams, C., Stanish, D., Micheli, L. (2000). Oxford: Oxford Textbook of Sports Medicine. 2. Jukić, I., Šimek, S. (2003). Kondicijski trening u funkciji prevencije ozljeda sportaša. u: Milanović, D., Jukić, I. (ur.). Kondicijska priprema sportaša. Zbornik radova međunarodnog

	znanstveno-stručnog skupa, Zagreb 21. - 22. 02. 2003., Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Zagrebački sportski savez. 3. Renstrom, P. A. F. H. (ur.) (1994). Clinical Practice of Soprts Injury Prevention and Care. Oxford: Blackwell Scientific Publications. 4. Šimek, S., Jukić, I., Trošt, T. (2006). Preventivni trenažni programi. u: Jukić, I., Milanović, D., Šimek, S. (ur.). Kondicijska priprema sportaša: zbornik radova 4. godišnje međunarodne konferencije „Prevencija ozljeda u sportu“, Zagreb, 24. i 25. veljače 2006., Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Udruga kondicijskih trenera Hrvatske, 117-129.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.

SPORTAŠ S ALERGIJOM I ASTMOM (150237)

nositeljica predmeta		**prof.dr.sc. Asja Stipić Marković, prim.dr.med.**	
e-mail			
suradnik		**dr.sc. Branko Pevec, dr.med.**	
e-mail			
suradnik		**mr.sc. Mira Radulović Pevec, dr.med.**	
e-mail			
studijski program	Stručni studij	status predmeta	izborni
semestar	VI.	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S	očekivani broj studenata na predmetu	60
ciljevi predmeta	Alergijske bolesti i astma predstavljaju velik javnozdravstveni problem suvremenog svijeta. Broj oboljelih pokazuje trend porasta u gotovo svim populacijama, dostižući epidemijske razmjere u pojedinim industrijaliziranim područjima. Nezaobilazno, ove bolesti pogađaju i osobe koje se rekreativno ili profesionalno bave različitim sportovima. Cilj je ovog predmeta upoznati studente s osnovama epidemiologije i čimbenicima nastanka alergijskih bolesti te prikazati osnovne kliničke oblike bolesti poput alergijskog rinitisa, alergijske astme, ekcema i preosjetljivosti na hranu te posebne oblike bolesti vezane uz pojačanu fizičku aktivnost. Sljedeći je cilj, kroz praktičan rad prikazati dijagnostičke postupke poput kožnih, provokativnih te in vitro alergoloških testova, kao i testova plućne funkcije u mirovanju i pri fizičkom naporu. Nadalje, cilj je upoznati studente s osnovnim principima liječenja alergijskih bolesti i astme, uz poseban osvrt na terapijske modalitete koji se u natjecateljskim sportovima smatraju dopingom. Konačno, cilj je kroz praktične primjere usvojiti znanja i izgraditi vlastite stavove potrebne u radu s osobama koje boluju od ovih bolesti, bilo da se radi o djeci u školama, rekreativnim ili profesionalnim sportašima.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Organizacija stručnog rada s osobama koje boluju od alergijskih bolesti i astme, u školama, sportsko-rekreacijskim klubovima, sportskim klubovima i sl. Stručni rad s profesionalnim sportašima oboljelim od ovih bolesti. Sudjelovanje u posebnim programima, primjerice rehabilitaciji bolesnika s težim oblicima bolesti, kao dio stručnog tima (uz liječnika, medicinsku sestru, fizioterapeuta).		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Dobiti uvid u važnost problema alergijskih bolesti i astme na temelju epidemioloških pokazatelja. Razumjeti čimbenike nastanka različitih oblika ovih bolesti. Upoznati dijagnostičke metode i osnovne principe liječenja ovih bolesti. Primijeniti jednostavnije dijagnostičke postupke poput mjerenja plućne funkcije spirometrom i malim mjeračem vršnog protoka zraka. Moći procijeniti količinu fizičke aktivnosti kojoj se oboljela osoba smije izložiti u pojedinim situacijama. Razlikovati terapijske modalitete od zlouporabe antialergijskih i antiastmatskih lijekova.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	nPredavanja i vježbe 1. Uvod; Epidemiologija alergijskih bolesti i astme u nas i u svijetu; Higijenska teorija i čimbenici pojavnosti alergija (2P). 2. Anatomija i fiziologija dišnog sustava (1P).		

	3. Klinički oblici alergijskih bolesti i astme; Patofiziološki mehanizmi u njihovom nastanku (3P). 4. Dijagnostika alergijskih bolesti (alergeni; kožni testovi; provokativni nazalni, konjunktivalni i oralni testovi; in vitro testovi) (1P+2V). 5. Dijagnostika astme (testovi plućne funkcije - spirometar, mali mjerač vršnog protoka zraka; provokativni bronhalni testovi) (1P+2V). 6. Alergija i astma kao ograničavajući čimbenik u sportskim aktivnostima; Astma potaknuta naporom; Anafilaksija na hranu potaknuta naporom; Spiroergometrija (1P+2V). 7. Principi liječenja alergijskih bolesti i astme (ARIA smjernice, GINA smjernice, hitna stanja, specifična imunoterapija) (3P). 8. Primjena antialergijskih i antiastmatskih lijekova u profesionalnih sportaša (WADA smjernice) (6P). 9. Zlouporaba antialergijskih i antiastmatskih lijekova; Doping-kontrola natjecatelja (3P). 10. Završna rasprava i zaključci. Provjera znanja (3P).					
obveze studenata	Prisustvovanje na predavanjima i seminarima					
praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	12,5%	0,25	kolokvij	50%	1
	Projekt	12,5%	0,25	Usmeni ispit	12,5%	0,25
	seminarski rad	12,5%	0,25	ukupno	**2 ECTS**	
obvezna literatura	Sportaš s alergijom i astmom - skripta za izborni predmet (u pripremi)					
dopunska literatura	1. Stipić-Marković A, Čvorišćec B. Alergijske bolesti i pseudoalergijske reakcije. U: Vrhovac B, Jakšić B, Reiner Ž, Vucelić B, ur. Interna medicina. Medicinska biblioteka: Naklada Ljevak, 2008, 1355-9. 2. Tudorić N, Pavičić F. Astma. U: Vrhovac B, Jakšić B, Reiner Ž, Vucelić B, ur. Interna medicina. Medicinska biblioteka: Naklada Ljevak, 2008, 655-61. 3. http://allergycases.org/ 4. http://www.nhlbi.nih.gov/about/naepp/ 5. http://www.ginasthma.org/pdf/GINA_Pocket_2010a.pdf 6. http://www.whiar.org/docs/ARIA_PG_08_View_WM.pdf 7. http://www.wada-ama.org/					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					

RASPORED ISPITNIH ROKOVA u ak. god. 2023./2024.

Opći predmeti:

1. semestar, 1. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju upisanu 2015.-16. i kasnije																				
Fiziologija sporta i vježbanja (150061)			6.	12:30			7.	11:00	8.	12:30	11.	12:30	15.	12:30	5.	11:00			5.	11:00
Ružić, L.							21.	11:00												
Funkcionalna anatomija (150059)	6.	16:15	4.	12:30			5.	12:00	11.	12:30			6.	12:30	3.	12:00			2.	12:00
Šentija, D.; Rakovac, M.							19.	12:00							17.	12:00				
Osnove kineziologije (89420)			6.	17:00	31.	9:00	14.	9:00			17.	17:00	15.	17:00	12.	9:00			4.	9:00
Sporiš, G.; Vučetić, V.															26.	9:00			18.	9:00
Osnovne kineziološke transformacije (150062)	8.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	7.	13:00	6.	13:00	3.	13:00	8.	13:00	5.	13:00			4.	13:00
Milanović, L.																				
Pedagogija (150063)	8.	14:00					1.	14:00			10.	14:00			4.	14:00			5.	16:00
Žnidarec Čučković, A.							15.	14:00							19.	14:00			18.	16:00
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Fiziologija sporta i vježbanja (89416)			6.	12:30			7.	11:00	8.	12:30	11.	12:30	15.	12:30	5.	11:00			5.	11:00
Ružić, L.							21.	11:00												
Funkcionalna anatomija (89418)	6.	16:15	4.	12:30			5.	12:00	11.	12:30			6.	12:30	3.	12:00			2.	12:00
Šentija, D.							19.	12:00							17.	12:00				
Osnove kineziologije (89420)			6.	17:00	31.	9:00	14.	9:00			17.	17:00	15.	17:00	12.	9:00			4.	9:00
Sporiš, G.; Vučetić, V.															26.	9:00			18.	9:00
Osnovne kineziološke transformacije (89421)	8.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	7.	13:00	6.	13:00	3.	13:00	8.	13:00	5.	13:00			4.	13:00
Milanović, L.																				
Pedagogija (89423)	8.	14:00					1.	14:00			10.	14:00			4.	14:00			5.	16:00
Žnidarec Čučković, A.							15.	14:00							19.	14:00			18.	16:00
NAPOMENE																				
FIZIOLOGIJA SPORTA I VJEŽBANJA- prof.dr.sc. Matković	Studenti/ce polažu ispit isključivo kod nastavnika kod kojeg su slušali predavanja! STUDENTI KOJI NE POLAŽU PREKO ISVU SUSTAVA NEGO PREKO PRIJAVNICA izlazak na ispit kod prof.dr.sc Matković treba obavezno prijaviti putem ovog linka.																			
FIZIOLOGIJA SPORTA I VJEŽBANJA- prof.dr.sc. Ružić	Studenti/ce polažu ispit isključivo kod nastavnika kod kojeg su slušali predavanja! STUDENTI KOJI NE POLAŽU PREKO ISVU SUSTAVA NEGO PREKO PRIJAVNICA izlazak na ispit kod prof.dr.sc Ružić treba obavezno prijaviti putem ovog linka.																			

3. semestar, 2. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju upisanu 2015.-16. i kasnije																				
Biomehanika sporta (162348)			11.	17:00			5.	10:00	4.	17:00			6.	17:00	10.	10:00	1.	10:00	2.	10:00
Kasović, M.							19.	10:00							24.	10:00				
Povijest sporta (162349)	7.	15:00	5.	15:00	9.	15:00	6. i 13.	15:00	5.	15:00	2.	15:00	7.	15:00	11.	15:00			2.	15:00
Škegro, D.; Čustonja, Z.							20.	15:00							25.	15:00			16.	15:00
Psihologija sporta (89425)			12.	18:30	30.	13:00	13.	13:00			23.	18:30			11.	13:00			27.8.	13:00
Barić, R.															25.	13:00			10.	13:00
Teorija i metodika treninga (162350)			4.	17.00			7.	8.00			17.	17.00			12.	8.00	4.	8.00	2.	8.00
Šalaj, S.; Jukić, I.							21.	8.00											13.	8.00
Odabir predmeta stranog jezika 3. semestra																				
=> SS-Strani jezik																				
Strani jezik- Engleski (89428)	23.	17.30	6.	17.30	18.	16.30	7.	18.00					2.	17.30	5.	17:00			2.	16:00
Omrčen, D.															24.	12.00			16.	16:00
Strani jezik- Njemački (123598)	23.	17.30	6.	17.30	18.	16.30	7.	18.00					2.	17.30	5.	17:00			2.	16:00
Omrčen, D.															24.	12.00			16.	16:00
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Biomehanika sporta (89417)			11.	17:00			5.	10:00	4.	17:00			6.	17:00	10.	10:00	1.	10:00	2.	10:00
Kasović, M.							19.	10:00							24.	10:00				
Povijest tjelovježbe i sporta (89424)	7.	15:00	5.	15:00	9.	15:00	6. i 13.	15:00	5.	15:00	2.	15:00	7.	15:00	11.	15:00			2.	15:00
Čustonja, Z.							20.	15:00							25.	15:00			16.	15:00
Psihologija sporta (89425)			12.	18:30	30.	13:00	13.	13:00			23.	18:30			11.	13:00			27.8.	13:00
Barić, R.															25.	13:00			10.	13:00
Teorija i metodika treninga (89430)			4.	17.00			7.	8.00			17.	17.00			12.	8.00	4.	8.00	2.	8.00
Šalaj, S.; Jukić, I.							21.	8.00											13.	8.00
Odabir predmeta stranog jezika 3. semestra																				
=> SS-Strani jezik																				
Strani jezik- Engleski (89428)	23.	17.30	6.	17.30	18.	16.30	7.	18.00					2.	17.30	5.	17:00			2.	16:00
Omrčen, D.															24.	12.00			16.	16:00
Strani jezik- Njemački (123598)	23.	17.30	6.	17.30	18.	16.30	7.	18.00					2.	17.30	5.	17:00			2.	16:00
Omrčen, D.															24.	12.00			16.	16:00
NAPOMENE:																				

5. semestar, 3. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju upisanu 2015.-16. i kasnije																				
Menadžment u sportu (123614)			6.	12:00			8.	12:00			10.	12:00	8.	12:00	11.	12:00			4.	12:00
Škorić, S.							22.	12:00							25.	12:00			18.	12:00
Osnove statistike i kineziometrije (89422)	20.	17.00	18.	17.00	29.	9:00	12.	9.00	11.	17.00	15.	17.00	13.	17.00	10.	9.00	1.	9.00	26.8.	9.00
Dizdar, D.																			9.	9.00
Sociologija sporta (172201)			13.	18:00			6.	11:00			3.	18:00			12.	11:00	3.	11:00	27.8.	11:00
Bartoluci, S.							20.	11:00											10.	11:00
Sportska medicina (172203)			5.	10:00			6.	10:00			9.	10:00			4.	10:00	2.	10:00	27.8.	10:00
Janković, S.							27.	10:00											10.	10:00
Kineziološke aktivnosti za osobe s invaliditetom (172206)	10.	17.00	15.	17.00			2.	10.00			5.	17.00			13.	10.00	5.	10.00	6.	10.00
Petrinović, L.; Trošt Bobić, T.							16.	10.00							26.	10.00	12.	10.00	13.	10.00
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Menadžment u sportu (123614)			6.	12:00			8.	12:00			10.	12:00	8.	12:00	11.	12:00			4.	12:00
Škorić, S.; Bartoluci, M.							22.	12:00							25.	12:00			18.	12:00
Osnove statistike i kineziometrije (89422)	20.	17.00	18.	17.00	29.	9:00	12.	9.00	11.	17.00	15.	17.00	13.	17.00	10.	9.00	1.	9.00	26.8.	9.00
Dizdar, D.																			9.	9.00
Sociologija sporta (89426)			13.	18:00			6.	11:00			3.	18:00			12.	11:00	3.	11:00	27.8.	11:00
Bartoluci, S.							20.	11:00											10.	11:00
Sportska medicina (89427)			5.	10:00			6.	10:00			9.	10:00			4.	10:00	2.	10:00	27.8.	10:00
Janković, S.							27.	10:00											10.	10:00
NAPOMENE:																				
SPORTSKA MEDICINA	izvanredni studenti koji ne prijavljuju ispit preko ISVU-a već na prijavnice trebaju ga obvezno prijaviti putem ovog linka.																			
SOCIOLOGIJA SPORTA	izvanredni studenti koji ne prijavljuju ispit preko ISVU-a već na prijavnice trebaju se obvezno javiti na mail: suncica.bartoluci@kif.hr																			

Fitness:

Fitnes	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
1. semestar, 1. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju upisanu 2015.-16. i kasnije																				
Metodika treninga fitnesa I. (146387)			13.	17.00			7.	9.00			10.	17.00			12.	9.00			4.	9.00
Vuk, S.							21.	9.00							26.	9.00				
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Metodika treninga s opterećenjem I. (117396)	najaviti se putem e-maila sasa.vuk@kif.hr																			
Vuk, S.																				
Metodika aerobike I. (117395)	ne polaže se																			
Furjan-Mandić, G.																				
2. semestar, 1. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju upisanu 2015.-16. i kasnije																				
Grupni fitnes programi I. (146390)	14.	16:15			16.	11:00	6.	11:00			9.	16:15			3.	11:00			27.8.	11:00
Furjan-Mandić, G.															19.	11:00			10.	11:00
Metodika treninga fitnesa II. (146388)			13.	17.00			7.	9.00			10.	17.00			12.	9.00			4.	9.00
Vuk, S.							21.	9.00							26.	9.00				
Mjerenje i procjenjivanje fitnesa (146389)			13.	17.00			7.	9.00			10.	17.00			12.	9.00			4.	9.00
Vuk, S.							21.	9.00							26.	9.00				
Stručno-trenerska praksa fitnesa I. (146391)	ne polaže se																			
Furjan-Mandić, G.; Bradić, A.																				
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Kineziološka analiza (117506)	najaviti se putem e-maila sasa.vuk@kif.hr																			
Vuk, S.																				
Antropološka analiza (117507)	najaviti se putem e-maila sasa.vuk@kif.hr																			
Vuk, S.																				
Metodika treninga s opterećenjem I. (117508)	najaviti se putem e-maila sasa.vuk@kif.hr																			
Vuk, S.																				
Metodika aerobike I. (117509)	14.	16:15			16.	11:00	6.	11:00			9.	16:15			3.	11:00			27.8.	11:00
Furjan-Mandić, G.															19.	11:00			10.	11:00
3. semestar, 2. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju upisanu 2015.-16. i kasnije																				
Grupni fitnes programi II. (162351)	14.	16:15			16.	11:00	6.	11:00			9.	16:15			3.	11:00			27.8.	11:00
Furjan-Mandić, G.															19.	11:00			10.	11:00
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Metodika aerobike III. (123642)	ne polaže se																			
Furjan-Mandić, G.																				
Metodika treninga s opterećenjem III. (123643)	ne polaže se																			
Bradić, A.																				
4. semestar, 2. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju upisanu 2015.-16. i kasnije																				
Grupni fitnes programi III. (162355)	14.	16:15			16.	11:00	6.	11:00			9.	16:15			3.	11:00			27.8.	11:00
Furjan-Mandić, G.															19.	11:00			10.	11:00
Programiranje treninga fitnesa I. (162354)	2.	17:00			29.	11:00	12.	11:00			15	17:00			10.	9:00			2.	9:00
Nakić, J.															24.	9:00			16.	9:00
Zdravstveni aspekti treninga i prehrane u fitnesu (162353)			4.	16.30			6.	9.00			17.	16.30			5.	9.00			12.	9.00
Rakovac, M.																				
Stručno-trenerska praksa u Fitnesu II. (162356)	14.	16:15			16.	11:00	6.	11:00			9.	16:15			3.	11:00			27.8.	11:00
Furjan-Mandić, G.; Bradić, A.															19.	11:00			10.	11:00
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Metodika aerobike IV. (123668)	13.	16:15			15.	11:00	5.	11:00					7.	16:15	5.	11:00			29.8.	11:00
Furjan-Mandić, G.															20.	11:00			12.	11:00
Metodika kardiofitnesa I. (123662)	najaviti se putem e-maila sasa.vuk@kif.hr																			
Vuk, S.																				
Metodika treninga s opterećenjem IV. (123667)	najaviti se putem e-maila sasa.vuk@kif.hr																			
Vuk, S.																				
Prehrana u fitnesu (89465)	2.	17:00			29.	11:00	12.	11:00			15	17:00			10.	9:00			2.	9:00
Nakić, J.															24.	9:00			16.	9:00
Programiranje i kontrola u fitnesu I. (123664)	2.	17:00			29.	11:00	12.	11:00			15	17:00			10.	9:00			2.	9:00
Nakić, J.															24.	9:00			16.	9:00
Stručno-trenerska praksa u Fitnesu I. (123902)	14.	16:15			16.	11:00	6.	11:00			9.	16:15			3.	11:00			27.8.	11:00
Furjan-Mandić, G.															19.	11:00			10.	11:00
5. semestar, 3. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju upisanu 2015.-16. i kasnije																				
Metodika treninga fitnesa III (172211)			13.	17.00			7.	9.00			10.	17.00			12.	9.00			4.	9.00
Vuk, S.							21.	9.00							26.	9.00				
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Metodika aerobike V. (123646)	ne polaže se																			
Furjan-Mandić, G.																				
Metodika treninga s opterećenjem V. (123647)	ne polaže se																			
Bradić, A.																				
6. semestar, 3. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju upisanu 2015.-16. i kasnije																				
Grupni fitnes programi IV (172577)	13.	16:15			15.	11:00	5.	11:00					7.	16:15	5.	11:00			29.8.	11:00
Furjan-Mandić, G.															20.	11:00			12.	11:00
Metodika treninga fitnesa IV (172575)			13.	17.00			7.	9.00			10.	17.00			12.	9.00			4.	9.00
Vuk, S.							21.	9.00							26.	9.00				
Programiranje treninga fitnesa II (172576)	2.	17:00			29.	11:00	12.	11:00			15	17:00			10.	9:00			2.	9:00
Nakić, J.															24.	9:00			16.	9:00
Stručno-trenerska praksa u fitnesu III (172578)	13.	16:15			15.	11:00	5.	11:00					7.	16:15	5.	11:00			29.8.	11:00
Furjan-Mandić, G.; Bradić, A.															20.	11:00			12.	11:00
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Fitnes za osobe s kroničnim oboljenjima (89471)																				
Ružić, L.																				
Metodika aerobike VI. (123687)	13.	16:15			15.	11:00	5.	11:00					7.	16:15	5.	11:00			29.8.	11:00
Furjan-Mandić, G.															20.	11:00			12.	11:00
Metodika kardiofitnesa II. (123684)	najaviti se putem e-maila sasa.vuk@kif.hr																			
Vuk, S.																				
Metodika treninga s opterećenjem VI. (123686)	najaviti se putem e-maila sasa.vuk@kif.hr																			
Vuk, S.																				
Programiranje i kontrola u fitnesu II. (123685)	2.	17:00			29.	11:00	12.	11:00			15	17:00			10.	9:00			2.	9:00
Nakić, J.															24.	9:00			16.	9:00
Stručno-trenerska praksa u Fitnesu II. (123903)	14.	16:15			16.	11:00	6.	11:00			9.	16:15			3.	11:00			27.8.	11:00
															19.	11:00			10.	11:00

Kondicijska priprema sportaša

Kondicijska priprema sportaša	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
1. semestar, 1. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju upisanu 2015.-16. i kasnije																				
Analiza kondicijske pripreme sportaša I. (146393)			6.	13:00			7.	13:00			3.	13:00			12.	13:00			4.	13:00
Bok, D.							21.	13:00							26.	13:00			18.	13:00
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Analiza kondicijske pripreme sportaša (117897)			6.	13:00			7.	13:00			3.	13:00			12.	13:00			4.	13:00
Bok, D.							21.	13:00							26.	13:00			18.	13:00
2. semestar, 1. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju upisanu 2015.-16. i kasnije																				
Analiza kondicijske pripreme sportaša II. (146394)			6.	13:00			7.	13:00			3.	13:00			12.	13:00			4.	13:00
Bok, D.							21.	13:00							26.	13:00			18.	13:00
Kondicijska priprema djece i mladih (146398)	8.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	7.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	8.	13:00	5.	13:00			28.8.	13:00
Milanović, L.							21.	13:00							19.	13:00			11.	13:00
Metodika kondicijske pripreme I. (146397)	8.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	7.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	8.	13:00	5.	13:00			28.8.	13:00
Milanović, L.							21.	13:00							19.	13:00			11.	13:00
Stručno-trenerska praksa kondicijske pripreme sportaša I. (146399)	ne polaže se																			
Milanović, L., Bradić, A.																				
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Analiza kondicijske pripremljenosti sportaša I. (117873)			6.	17:00	31.	9:00	14.	9:00			17.	17:00	15.	17:00	12.	9:00			4.	9:00
Jukić, I.															26.	9:00			18.	9:00
Kondicijska priprema djece i mladih sportaša (117503)	8.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	7.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	8.	13:00	5.	13:00			28.8.	13:00
Jukić, I.							21.	13:00							19.	13:00			11.	13:00
Metodika kondicijske pripreme sportaša I. (117874)	8.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	7.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	8.	13:00	5.	13:00			28.8.	13:00
Jukić, I.							21.	13:00							19.	13:00			11.	13:00
Stručno-trenerska praksa kondicijske pripreme sportaša I. (123891)	8.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	7.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	8.	13:00	5.	13:00			28.8.	13:00
Jukić, I.							21.	13:00							19.	13:00			11.	13:00
3. semestar, 2. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju upisanu 2015.-16. i kasnije																				
Metodika kondicijske pripreme II. (162352)	8.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	7.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	8.	13:00	5.	13:00			28.8.	13:00
Milanović, L.							21.	13:00							19.	13:00			11.	13:00
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Metodika kondicijske pripreme sportaša II. (123640)	ne polaže se																			
Vučetić, V.																				
4. semestar, 2. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju upisanu 2015.-16. i kasnije																				
Dijagnostika kondicijske pripremljenosti (162357)			6.	17:00	31.	9:00	14.	9:00			17.	17:00	15.	17:00	12.	9:00			4.	9:00
Vučetić, V.															26.	9:00			18.	9:00
Metodika kondicijske pripreme III. (162358)			6.	17:00	31.	9:00	14.	9:00			17.	17:00	15.	17:00	12.	9:00			4.	9:00
Vučetić, V.															26.	9:00			18.	9:00
Stručno-trenerska praksa u Kondicijskoj pripremi sportaša II. (162359)			6.	17:00	31.	9:00	14.	9:00			17.	17:00	15.	17:00	12.	9:00			4.	9:00
Vučetić, V.															26.	9:00			18.	9:00
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Analiza kondicijske pripremljenosti sportaša II. (123656)			6.	17:00	31.	9:00	14.	9:00			17.	17:00	15.	17:00	12.	9:00			4.	9:00
Vučetić, V.															26.	9:00			18.	9:00
Metodika kondicijske pripreme djece i mladih sportaša II. (123659)	8.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	7.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	8.	13:00	5.	13:00			28.8.	13:00
Jukić, I.							21.	13:00							19.	13:00			11.	13:00
Metodika kondicijske pripreme sportaša III. (123658)	8.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	7.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	8.	13:00	5.	13:00			28.8.	13:00
Jukić, I.							21.	13:00							19.	13:00			11.	13:00
Stručno-trenerska praksa u Kondicijskoj pripremi sportaša II. (123892)			6.	17:00	31.	9:00	14.	9:00			17.	17:00	15.	17:00	12.	9:00			4.	9:00
Vučetić, V.															26.	9:00			18.	9:00
5. semestar, 3. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju upisanu 2015.-16. i kasnije																				
Planiranje i programiranje kondicijske pripreme I (172213)	8.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	7.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	8.	13:00	5.	13:00			28.8.	13:00
Jukić, I.							21.	13:00							19.	13:00			11.	13:00
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Programiranje i kontrola kondicijske pripreme I. (123645)	8.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	7.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	8.	13:00	5.	13:00			28.8.	13:00
Jukić, I.							21.	13:00							19.	13:00			11.	13:00
6. semestar, 3. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju upisanu 2015.-16. i kasnije																				
Metodika kondicijske pripreme IV (172663)	8.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	7.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	8.	13:00	5.	13:00			28.8.	13:00
Jukić, I.; Milanović, L.							21.	13:00							19.	13:00			11.	13:00
Planiranje i programiranje kondicijske pripreme II (172664)					27.	17:00	14.	17:00							13.	17:00			28.8.	17:00
Cvita, G.															27.	17:00			11.	17:00
Stručno-trenerska praksa u kondicijskoj pripremi sportaša III (172665)	8.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	7.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	8.	13:00	5.	13:00			28.8.	13:00
Milanović, L.							21.	13:00							19.	13:00			11.	13:00
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Metodika kondicijske pripreme sportaša IV. (123660)	8.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	7.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	8.	13:00	5.	13:00			28.8.	13:00
Jukić, I.							21.	13:00							19.	13:00			11.	13:00
Programiranje i kontrola kondicijske pripreme II. (123661)					27.	17:00	14.	17:00							13.	17:00			28.8.	17:00
Cvita, G.															27.	17:00			11.	17:00
Stručno-trenerska praksa u Kondicijskoj pripremi sportaša III. (123893)	8.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	7.	13:00	6.	13:00	10.	13:00	8.	13:00	5.	13:00			28.8.	13:00
Jukić, I.							21.	13:00							19.	13:00			11.	13:00

Sportska rekreacija

Sportska rekreacija	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
1. semestar, 1. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju upisanu 2015.-16. i kasnije																				
Sportska rekreacija I. (146400)			7.	17:00	31.	9:00	14.	9:00	14.	17:00					11.	9:00	4.	9:00	29.8.	9:00
Jurakić, D.																			9.	9:00
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Sportska rekreacija (117397)			7.	17:00	31.	9:00	14.	9:00	14.	17:00					11.	9:00	4.	9:00	29.8.	9:00
Jurakić, D.																			9.	9:00
2. semestar, 1. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju upisanu 2015.-16. i kasnije																				
Metodika sportske rekreacije u turizmu I. (146401)			12.	17:00	30.	10:00	13.	10:00			16.	17:00			18.	10:00	2.	10:00	2.	10:00
Trkulja-Petković, D.																			16.	10:00
Sportska rekreacija II. (146403)			7.	17:00	31.	9:00	14.	9:00	14.	17:00					11.	9:00	4.	9:00	29.8.	9:00
Jurakić, D.																			9.	9:00
Sportsko rekreacijska medicina (146404)			6.	12:30			1.	10:00	7.	12:30			2.	12:30	5.	10:00			3.9.	10:00
Rakovac, M.							15.	10:00											12.	10:00
Stručno-trenerska praksa u sportskoj rekreaciji I. (146405)	ne polaže se																			
Jurakić, D.																				
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Metodika sportske rekreacije u turizmu I. (117869)			12.	17:00	30.	10:00	13.	10:00			16.	17:00			18.	10:00	2.	10:00	2.	10:00
Trkulja-Petković, D.																			16.	10:00
Sportsko rekreacijska medicina (117505)			6.	12:30			1.	10:00	7.	12:30			2.	12:30	5.	10:00			3.9.	10:00
Rakovac, M.							15.	10:00											12.	10:00
Stručno-trenerska praksa u sportskoj rekreaciji I. (123897)	ne polaže se																			
Jurakić, D.																				
3. semestar, 2. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti																				
nema redovnih (specijalističkih) predmeta																				
4. semestar, 2. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju upisanu 2015.-16. i kasnije																				
Ekonomika sportske rekreacije (162362)			6.	12:00			8.	12:00			10.	12:00	8.	12:00	11.	12:00			4.	12:00
Škorić, S.							22.	12:00							25.	12:00			18.	12:00
Kineziterapija (162363)	9.	17:00	14.	17:00			1.	10:00			4.	17:00			12	10:00	4.	10:00	29.8.	10:00
Petrinović, L.; Trošt Bobić T.							15.	10:00							25.	10:00	11.	10:00	12.	10:00
Metodika sportske rekreacije u slobodno vrijeme I. (162360)			7.	17:00	31.	9:00	14.	9:00	14.	17:00					11.	9:00	4.	9:00	29.8.	9:00
Jurakić, D.																			9.	9:00
Metodika sportske rekreacije u turizmu II. (162361)			12.	17:00	30.	10:00	13.	10:00			16.	17:00			18.	10:00	2.	10:00	2.	10:00
Trkulja-Petković, D.																			16.	10:00
Stručno-trenerska praksa u Sportskoj rekreaciji II. (162364)			12.	17:00	30.	10:00	13.	10:00			16.	17:00			18.	10:00	2.	10:00	2.	10:00
Trkulja Petković, D.																			16.	10:00
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Kineziterapija (123653)	9.	17:00	14.	17:00			1.	10:00			4.	17:00			12	10:00	4.	10:00	29.8.	10:00
Petrinović, L.; Trošt Bobić T.							15.	10:00							25.	10:00	11.	10:00	12.	10:00
Metodika sportske rekreacije u slobodno vrijeme I. (123648)			7.	17:00	31.	9:00	14.	9:00	14.	17:00					11.	9:00	4.	9:00	29.8.	9:00
Jurakić, D.																			9.	9:00
Metodika sportske rekreacije u turizmu II. (123650)			12.	17:00	30.	10:00	13.	10:00			16.	17:00			18.	10:00	2.	10:00	2.	10:00
Trkulja-Petković, D.																			16.	10:00
Stručno-trenerska praksa u Sportskoj rekreaciji II. (123899)			12.	17:00	30.	10:00	13.	10:00			16.	17:00			18.	10:00	2.	10:00	2.	10:00
Trkulja-Petković, D.																			16.	10:00
5. semestar, 3. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti																				
nema redovnih (specijalističkih) predmeta																				
6. semestar, 3. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju upisanu 2015.-16. i kasnije																				
Metodika sportske rekreacije u slobodno vrijeme II (172705)			7.	17:00	31.	9:00	14.	9:00	14.	17:00					11.	9:00	4.	9:00	29.8.	9:00
Jurakić, D.																			9.	9:00
Programi sportske rekreacije u prevenciji stresa (172706)			7.	17:00	31.	9:00	14.	9:00	14.	17:00					11.	9:00	4.	9:00	29.8.	9:00
Jurakić, D.																			9.	9:00
Stručno-trenerska praksa u Sportskoj rekreaciji III. (172707)			7.	17:00	31.	9:00	14.	9:00	14.	17:00					11.	9:00	4.	9:00	29.8.	9:00
Jurakić, D.																			9.	9:00
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Ekonomika sportske rekreacije (123615)			6.	12:00			8.	12:00			10.	12:00	8.	12:00	11.	12:00			4.	12:00
Bartolici, M.							22.	12:00							25.	12:00			18.	12:00
Metodika sportske rekreacije u slobodno vrijeme II. (123655)			7.	17:00	31.	9:00	14.	9:00	14.	17:00					11.	9:00	4.	9:00	29.8.	9:00
Jurakić, D.																			9.	9:00
Prilagođene tjelesne aktivnosti (123616)	10.	17:00	15.	17:00			2.	10:00			5.	17:00			13.	10:00	5.	10:00	6.	10:00
Petrinović, L.; Trošt Bobić T.							16.	10:00							26.	10:00	12.	10:00	13.	10:00
Stručno-trenerska praksa u Sportskoj rekreaciji III. (123901)			7.	17:00	31.	9:00	14.	9:00	14.	17:00					11.	9:00	4.	9:00	29.8.	9:00
Jurakić, D.																			9.	9:00

NAPOMENE:	
Kineziterapija	**STUDENTI KOJI NE POLAŽU PREKO ISVU SUSTAVA NEGO PREKO PRIJAVNICA izlazak na ispit trebaju obavezno prijaviti putem ovog linka**
Prilagođene tjelesne aktivnosti	**STUDENTI KOJI NE POLAŽU PREKO ISVU SUSTAVA NEGO PREKO PRIJAVNICA izlazak na ispit trebaju obavezno prijaviti putem ovog linka.**

Sportovi

Biciklizam

Biciklizam	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
2. semestar, 1. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju upisanu 2015.-16. i kasnije																				
Antropološka analiza u biciklizmu (172226)			11.	17:00			5.	10:00	4.	17:00			6.	17:00	10.	10:00	1.	10:00	2.	10:00
Kasović, M.							19.	10:00							24.	10:00				
Kineziološka analiza biciklizma (172225)			11.	17:00			5.	10:00	4.	17:00			6.	17:00	10.	10:00	1.	10:00	2.	10:00
Kasović, M.							19.	10:00							24.	10:00				
Metodika u biciklizmu I (172227)			11.	17:00			5.	10:00	4.	17:00			6.	17:00	10.	10:00	1.	10:00	2.	10:00
Kasović, M.							19.	10:00							24.	10:00				
Povijest, pravila i organizacija biciklizma (172224)			11.	17:00			5.	10:00	4.	17:00			6.	17:00	10.	10:00	1.	10:00	2.	10:00
Kasović, M.							19.	10:00							24.	10:00				
Stručno-trenerska praksa u biciklizmu I	ne polaže se																			
Kasović, M.																				
Biciklizam	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
4. semestar, 2. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Metodika u biciklizmu II (162378)			11.	17:00			5.	10:00	4.	17:00			6.	17:00	10.	10:00	1.	10:00	2.	10:00
Kasović, M.							19.	10:00							24.	10:00				
Metodika u biciklizmu III (162379)			11.	17:00			5.	10:00	4.	17:00			6.	17:00	10.	10:00	1.	10:00	2.	10:00
Kasović, M.							19.	10:00							24.	10:00				
Stručno-trenerska praksa u biciklizmu II (162380)			11.	17:00			5.	10:00	4.	17:00			6.	17:00	10.	10:00	1.	10:00	2.	10:00
Kasović, M.							19.	10:00							24.	10:00				
Biciklizam	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
6. semestar, 3. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Kontrola treniranosti u biciklizmu (172559)			11.	17:00			5.	10:00	4.	17:00			6.	17:00	10.	10:00	1.	10:00	2.	10:00
Kasović, M.							19.	10:00							24.	10:00				
Programiranje treninga u biciklizmu (172558)			11.	17:00			5.	10:00	4.	17:00			6.	17:00	10.	10:00	1.	10:00	2.	10:00
Kasović, M.							19.	10:00							24.	10:00				
Stručno-trenerska praksa u biciklizmu III (172560)			11.	17:00			5.	10:00	4.	17:00			6.	17:00	10.	10:00	1.	10:00	2.	10:00
Kasović, M.							19.	10:00							24.	10:00				

Boks

Boks	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
2. semestar, 1. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Antropološka analiza u boksu (172236)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Kineziološka analiza boksa (172235)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Metodika u boksu I. (172235)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Povijest, pravila i organizacija boksa (172234)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Stručno-trenerska praksa u boksu I. (172238)	ne polaže se																			
Sertić, H.																				
4. semestar, 2. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Metodika u boksu II. (162384)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Metodika u boksu III. (162385)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Stručno-trenerska praksa u boksu II. (162386)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
6. semestar, 3. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Kontrola treniranosti u boksu (172565)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Programiranje treninga u boksu (172564)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Stručno-trenerska praksa u boksu III (172566)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				

Hrvanje

Hrvanje	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
2. semestar, 1. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju upisanu 2015.-16. i kasnije																				
Antropološka analiza u hrvanju (146463)	14.	16:30	7.	16:30	16.	16:30	6.	09:00	5.	16:30					10.	09:00	3.	09:30	29.8.	09:30
Baić, M.																			12.	9:30
Kineziološka analiza hrvanja (146462)	14.	16:30	7.	16:30	16.	16:30	6.	09:00	5.	16:30					10.	09:00	3.	09:30	29.8.	09:30
Baić, M.																			12.	9:30
Metodika u hrvanju I. (146464)	14.	16:30	7.	16:30	16.	16:30	6.	09:00	5.	16:30					10.	09:00	3.	09:30	29.8.	09:30
Baić, M.																			12.	9:30
Povijest, pravila i organizacija hrvanja (146461)	14.	16:30	7.	16:30	16.	16:30	6.	09:00	5.	16:30					10.	09:00	3.	09:30	29.8.	09:30
Baić, M.																			12.	9:30
Stručno-trenerska praksa u hrvanju I. (146465)	ne polaže se																			
Baić, M.																				
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Povijest, pravila i organizacija hrvanja (138139)	14.	16:30	7.	16:30	16.	16:30	6.	09:00	5.	16:30					10.	09:00	3.	09:30	29.8.	09:30
Baić, M.																			12.	9:30
Kineziološka analiza hrvanja I. (138140)	14.	16:30	7.	16:30	16.	16:30	6.	09:00	5.	16:30					10.	09:00	3.	09:30	29.8.	09:30
Baić, M.																			12.	9:30
Antropološka analiza u hrvanju (138141)	14.	16:30	7.	16:30	16.	16:30	6.	09:00	5.	16:30					10.	09:00	3.	09:30	29.8.	09:30
Baić, M.																			12.	9:30
Metodika kondicijske pripreme u hrvanju I. (138142)	14.	16:30	7.	16:30	16.	16:30	6.	09:00	5.	16:30					10.	09:00	3.	09:30	29.8.	09:30
Baić, M.																			12.	9:30
Metodika tehničke i taktičke pripreme u hrvanju I. (138143)	14.	16:30	7.	16:30	16.	16:30	6.	09:00	5.	16:30					10.	09:00	3.	09:30	29.8.	09:30
Baić, M.																			12.	9:30
Stručno-trenerska praksa u hrvanju I. (138144)	ne polaže se																			
Baić, M.																				
4. semestar, 2. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju upisanu 2015.-16. i kasnije																				
Metodika u hrvanju II. (162393)	14.	16:30	7.	16:30	16.	16:30	6.	09:00	5.	16:30					10.	09:00	3.	09:30	29.8.	09:30
Baić, M.																			12.	9:30
Metodika u hrvanju III. (162394)	14.	16:30	7.	16:30	16.	16:30	6.	09:00	5.	16:30					10.	09:00	3.	09:30	29.8.	09:30
Baić, M.																			12.	9:30
Stručno-trenerska praksa u hrvanju II. (162395)	14.	16:30	7.	16:30	16.	16:30	6.	09:00	5.	16:30					10.	09:00	3.	09:30	29.8.	09:30
Baić, M.																			12.	9:30
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Kineziološka analiza hrvanja II. (138145)	14.	16:30	7.	16:30	16.	16:30	6.	09:00	5.	16:30					10.	09:00	3.	09:30	29.8.	09:30
Baić, M.																			12.	9:30
Metodika kondicijske pripreme u hrvanju II. (138146)	14.	16:30	7.	16:30	16.	16:30	6.	09:00	5.	16:30					10.	09:00	3.	09:30	29.8.	09:30
Baić, M.																			12.	9:30
Metodika tehničke i taktičke pripreme u hrvanju II. (138147)	14.	16:30	7.	16:30	16.	16:30	6.	09:00	5.	16:30					10.	09:00	3.	09:30	29.8.	09:30
Baić, M.																			12.	9:30
Programiranje treninga u hrvanju I. (138148)	14.	16:30	7.	16:30	16.	16:30	6.	09:00	5.	16:30					10.	09:00	3.	09:30	29.8.	09:30
Baić, M.																			12.	9:30
Stručno-trenerska praksa u hrvanju II. (138149)	14.	16:30	7.	16:30	16.	16:30	6.	09:00	5.	16:30					10.	09:00	3.	09:30	29.8.	09:30
Baić, M.																			12.	9:30
6. semestar, 3. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju upisanu 2015.-16. i kasnije																				
Kontrola treniranosti u hrvanju (172585)	14.	16:30	7.	16:30	16.	16:30	6.	09:00	5.	16:30					10.	09:00	3.	09:30	29.8.	09:30
Baić, M.																			12.	9:30
Programiranje treninga u hrvanju (172583)	14.	16:30	7.	16:30	16.	16:30	6.	09:00	5.	16:30					10.	09:00	3.	09:30	29.8.	09:30
Baić, M.																			12.	9:30
Stručno-trenerska praksa u hrvanju III (172587)	14.	16:30	7.	16:30	16.	16:30	6.	09:00	5.	16:30					10.	09:00	3.	09:30	29.8.	09:30
Baić, M.																			12.	9:30
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Kontrola treniranosti u hrvanju (138152)	14.	16:30	7.	16:30	16.	16:30	6.	09:00	5.	16:30					10.	09:00	3.	09:30	29.8.	09:30
Baić, M.																			12.	9:30
Metodika tehničke i taktičke pripreme u hrvanju III. (138150)	14.	16:30	7.	16:30	16.	16:30	6.	09:00	5.	16:30					10.	09:00	3.	09:30	29.8.	09:30
Baić, M.																			12.	9:30
Programiranje treninga u hrvanju II. (138151)	14.	16:30	7.	16:30	16.	16:30	6.	09:00	5.	16:30					10.	09:00	3.	09:30	29.8.	09:30
Baić, M.																			12.	9:30
Stručno-trenerska praksa u hrvanju III. (138153)	14.	16:30	7.	16:30	16.	16:30	6.	09:00	5.	16:30					10.	09:00	3.	09:30	29.8.	09:30
Baić, M.																			12.	9:30

Jedrenje

Jedrenje	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
2. semestar, 1. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Antropološka analiza u jedrenju (172246)	15.	18:30			10.	18:30	7.	15:00	6.	18:30	3.	18:30	8.	18:30	19.	15:00			4.	15:00
Prlenda, N.																				
Kineziološka analiza jedrenja (172245)	15.	18:30			10.	18:30	7.	15:00	6.	18:30	3.	18:30	8.	18:30	19.	15:00			4.	15:00
Prlenda, N.																				
Metodika u jedrenju I (172247)	15.	18:30			10.	18:30	7.	15:00	6.	18:30	3.	18:30	8.	18:30	19.	15:00			4.	15:00
Prlenda, N.																				
Povijest, pravila i organizacija jedrenja (172244)	15.	18:30			10.	18:30	7.	15:00	6.	18:30	3.	18:30	8.	18:30	19.	15:00			4.	15:00
Prlenda, N.																				
Stručno-trenerska praksa u jedrenju I (172248)	ne polaže se																			
Prlenda, N.																				
Jedrenje	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
4. semestar, 2. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Metodika u jedrenju II. (162396)	15.	18:30			10.	18:30	7.	15:00	6.	18:30	3.	18:30	8.	18:30	19.	15:00			4.	15:00
Prlenda, N.																				
Metodika u jedrenju III. (162397)	15.	18:30			10.	18:30	7.	15:00	6.	18:30	3.	18:30	8.	18:30	19.	15:00			4.	15:00
Prlenda, N.																				
Stručno-trenerska praksa u jedrenju II. (162398)	15.	18:30			10.	18:30	7.	15:00	6.	18:30	3.	18:30	8.	18:30	19.	15:00			4.	15:00
Prlenda, N.																				

Judo

Judo	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
2. semestar, 1. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju upisanu 2015.-16. i kasnije																				
Antropološka analiza u judu (146468)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.; Segedi, I.							22.	9:00							24.	9:30				
Kineziološka analiza juda (146467)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.; Segedi, I.							22.	9:00							24.	9:30				
Metodika u judu I. (146469)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.; Segedi, I.							22.	9:00							24.	9:30				
Povijest, pravila i organizacija juda (146466)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.; Segedi, I.							22.	9:00							24.	9:30				
Stručno-trenerska praksa u judu I. (146470)	ne polaže se																			
Sertić, H.; Segedi, I.																				
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Povijest, pravila i organizacija juda (89481)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Kineziološka analiza juda I. (117882)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Antropološka analiza u judu (89504)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Metodika kondicijske pripreme u judu I. (117891)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Metodika tehničke i taktičke pripreme u judu I. (117419)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Stručno-trenerska praksa u judu I. (123909)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
4. semestar, 2. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju upisanu 2015.-16. i kasnije																				
Metodika u judu II. (162402)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.; Segedi, I.							22.	9:00							24.	9:30				
Metodika u judu III. (162403)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.; Segedi, I.							22.	9:00							24.	9:30				
Stručno-trenerska praksa u judu II. (162404)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.; Segedi, I.							22.	9:00							24.	9:30				
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Kineziološka analiza juda II. (123787)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Metodika kondicijske pripreme u judu II. (123789)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Metodika tehničke i taktičke pripreme u judu II. (123790)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Programiranje treninga u judu I. (123792)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Stručno-trenerska praksa u judu II. (123910)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
6. semestar, 3. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju upisanu 2015.-16. i kasnije																				
Kontrola treniranosti u judu (172649)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.; Segedi, I.							22.	9:00							24.	9:30				
Programiranje treninga u judu (172648)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.; Segedi, I.							22.	9:00							24.	9:30				
Stručno-trenerska praksa u judu III (172650)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.; Segedi, I.							22.	9:00							24.	9:30				
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Kontrola treniranosti u judu (123842)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Metodika tehničke i taktičke pripreme u judu III. (123840)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Programiranje treninga u judu II. (123841)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Stručno-trenerska praksa u Judu III. (123911)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
NAPOMENE:																				
Ispiti iz specijalističkih predmeta kod prof.dr.sc. H. Sertića prijavljuju se najranije 3 dana prije ispita putem e-maila: hrvoje.sertic@kif.hr. Ispit se na isti način može odjaviti dan ranije.																				

Kickboxing

Kickboxing	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
2. semestar, 1. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti																				
Antropološka analiza u kickboxingu (172347)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Kineziološka analiza kickboxinga (172346)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Metodika u kickboxingu I (172348)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Povijest, pravila i organizacija kickboxinga (172345)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Stručno-trenerska praksa u kickboxingu I (172349)	ne polaže se																			
Sertić, H.																				
Kickboxing	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
4. semestar, 2. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Metodika u kickboxingu II (162411)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Metodika u kickboxingu III (162412)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Stručno-trenerska praksa u kickboxingu II (162413)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Kickboxing	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
6. semestar, 3. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Kontrola treniranosti u kickboxingu (172658)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Programiranje treninga u kickboxingu (172657)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Stručno-trenerska praksa ukickboxingu III (172659)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				

Klizanje

Klizanje	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
2. semestar, 1. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Antropološka analiza u klizanju (146408)	8.	17:00	6.	17:00	16.	9:30	5.	9:30			2.	17:00			5.	9:30			28.8.	8:30
Barić, R.							19.	10:00											10.	8:30
Kineziološka analiza klizanja (146407)	8.	17:00	6.	17:00	16.	9:30	5.	9:30			2.	17:00			5.	9:30			28.8.	8:30
Barić, R.							19.	10:00											10.	8:30
Metodika u klizanju I. (146409)	8.	17:00	6.	17:00	16.	9:30	5.	9:30			2.	17:00			5.	9:30			28.8.	8:30
Barić, R.							19.	10:00											10.	8:30
Povijest, pravila i organizacija klizanja (146406)	8.	17:00	6.	17:00	16.	9:30	5.	9:30			2.	17:00			5.	9:30			28.8.	8:30
Barić, R.							19.	10:00											10.	8:30
Stručno-trenerska praksa u klizanju I. (146410)	ne polaže se																			
Barić, R.																				
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Povijest, pravila i organizacija klizanja (138256)	8.	17:00	6.	17:00	16.	9:30	5.	9:30			2.	17:00			5.	9:30			28.8.	8:30
Barić, R.							19.	10:00											10.	8:30
Kineziološka analiza klizanja I. (138257)	8.	17:00	6.	17:00	16.	9:30	5.	9:30			2.	17:00			5.	9:30			28.8.	8:30
Barić, R.							19.	10:00											10.	8:30
Antropološka analiza u klizanju (138258)	8.	17:00	6.	17:00	16.	9:30	5.	9:30			2.	17:00			5.	9:30			28.8.	8:30
Barić, R.							19.	10:00											10.	8:30
Metodika kondicijske pripreme u klizanju I. (138259)	8.	17:00	6.	17:00	16.	9:30	5.	9:30			2.	17:00			5.	9:30			28.8.	8:30
Barić, R.							19.	10:00											10.	8:30
Metodika tehničke i taktičke pripreme u klizanju I. (138260)	8.	17:00	6.	17:00	16.	9:30	5.	9:30			2.	17:00			5.	9:30			28.8.	8:30
Barić, R.							19.	10:00											10.	8:30
Stručno-trenerska praksa u klizanju I. (138261)	8.	17:00	6.	17:00	16.	9:30	5.	9:30			2.	17:00			5.	9:30			28.8.	8:30
Barić, R.							19.	10:00											10.	8:30
4. semestar, 2. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Metodika u klizanju II. (162414)	8.	17:00	6.	17:00	16.	9:30	5.	9:30			2.	17:00			5.	9:30			28.8.	8:30
Barić, R.							19.	10:00											10.	8:30
Metodika u klizanju III. (162415)	8.	17:00	6.	17:00	16.	9:30	5.	9:30			2.	17:00			5.	9:30			28.8.	8:30
Barić, R.							19.	10:00											10.	8:30
Stručno-trenerska praksa u klizanju II. (162416)	8.	17:00	6.	17:00	16.	9:30	5.	9:30			2.	17:00			5.	9:30			28.8.	8:30
Barić, R.							19.	10:00											10.	8:30
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Kineziološka analiza klizanja II. (138262)	8.	17:00	6.	17:00	16.	9:30	5.	9:30			2.	17:00			5.	9:30			28.8.	8:30
Barić, R.							19.	10:00											10.	8:30
Metodika kondicijske pripreme u klizanju II. (138263)	8.	17:00	6.	17:00	16.	9:30	5.	9:30			2.	17:00			5.	9:30			28.8.	8:30
Barić, R.							19.	10:00											10.	8:30
Metodika tehničke i taktičke pripreme u klizanju II. (138264)	8.	17:00	6.	17:00	16.	9:30	5.	9:30			2.	17:00			5.	9:30			28.8.	8:30
Barić, R.							19.	10:00											10.	8:30
Programiranje treninga u klizanju I. (138265)	8.	17:00	6.	17:00	16.	9:30	5.	9:30			2.	17:00			5.	9:30			28.8.	8:30
Barić, R.							19.	10:00											10.	8:30
Stručno-trenerska praksa u klizanju II. (138266)	8.	17:00	6.	17:00	16.	9:30	5.	9:30			2.	17:00			5.	9:30			28.8.	8:30
Barić, R.							19.	10:00											10.	8:30
6. semestar, 3. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Kontrola treniranosti u klizanju (172661)	8.	17:00	6.	17:00	16.	9:30	5.	9:30			2.	17:00			5.	9:30			28.8.	8:30
Barić, R.							19.	10:00											10.	8:30
Programiranje treninga u klizanju (172660)	8.	17:00	6.	17:00	16.	9:30	5.	9:30			2.	17:00			5.	9:30			28.8.	8:30
Barić, R.							19.	10:00											10.	8:30
Stručno-trenerska praksa u klizanju III (172662)	8.	17:00	6.	17:00	16.	9:30	5.	9:30			2.	17:00			5.	9:30			28.8.	8:30
Barić, R.							19.	10:00											10.	8:30
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Metodika tehničke i taktičke pripreme u klizanju III. (138267)	8.	17:00	6.	17:00	16.	9:30	5.	9:30			2.	17:00			5.	9:30			28.8.	8:30
Barić, R.							19.	10:00											10.	8:30
Programiranje treninga u klizanju II. (138268)	8.	17:00	6.	17:00	16.	9:30	5.	9:30			2.	17:00			5.	9:30			28.8.	8:30
Barić, R.							19.	10:00											10.	8:30
Kontrola treniranosti u klizanju (138269)	8.	17:00	6.	17:00	16.	9:30	5.	9:30			2.	17:00			5.	9:30			28.8.	8:30
Barić, R.							19.	10:00											10.	8:30
Stručno-trenerska praksa u klizanju III. (138270)	8.	17:00	6.	17:00	16.	9:30	5.	9:30			2.	17:00			5.	9:30			28.8.	8:30
Barić, R.							19.	10:00											10.	8:30

Konjički sport

Konjički sport	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
2. semestar, 1. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Antropološka analiza u konjičkom sportu (172352)			6.	17:00			7.	9:00	13.	17:00	17.	17:00	15.	17:00	12.	9:00			28.8.	9:00
Vučetić, V.							21.	9:00							26.	9:00			11.	9:00
Kineziološka analiza konjičkog sporta (172351)			6.	17:00			7.	9:00	13.	17:00	17.	17:00	15.	17:00	12.	9:00			28.8.	9:00
Vučetić, V.							21.	9:00							26.	9:00			11.	9:00
Metodika u konjičkom sportu I (172353)			6.	17:00			7.	9:00	13.	17:00	17.	17:00	15.	17:00	12.	9:00			28.8.	9:00
Vučetić, V.							21.	9:00							26.	9:00			11.	9:00
Povijest, pravila i organizacija konjičkog sporta (172350)			6.	17:00			7.	9:00	13.	17:00	17.	17:00	15.	17:00	12.	9:00			28.8.	9:00
Vučetić, V.							21.	9:00							26.	9:00			11.	9:00
Stručno-trenerska praksa u konjičkom sportu I (172354)	ne polaže se																			
Vučetić, V.																				

Konjički sport	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
4. semestar, 2. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Metodika u konjičkom sportu II. (162417)			6.	17:00			7.	9:00	13.	17:00	17.	17:00	15.	17:00	12.	9:00			28.8.	9:00
Vučetić, V.							21.	9:00							26.	9:00			11.	9:00
Metodika u konjičkom sportu III. (162418)			6.	17:00			7.	9:00	13.	17:00	17.	17:00	15.	17:00	12.	9:00			28.8.	9:00
Vučetić, V.							21.	9:00							26.	9:00			11.	9:00
Stručno-trenerska praksa u konjičkom sportu II. (162419)			6.	17:00			7.	9:00	13.	17:00	17.	17:00	15.	17:00	12.	9:00			28.8.	9:00
Vučetić, V.							21.	9:00							26.	9:00			11.	9:00

Konjički sport	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
6. semestar, 3. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Kontrola treniranosti u konjičkom sportu (172667)			6.	17:00			7.	9:00	13.	17:00	17.	17:00	15.	17:00	12.	9:00			28.8.	9:00
Vučetić, V.							21.	9:00							26.	9:00			11.	9:00
Programiranje treninga u konjičkom sportu (172666)			6.	17:00			7.	9:00	13.	17:00	17.	17:00	15.	17:00	12.	9:00			28.8.	9:00
Vučetić, V.							21.	9:00							26.	9:00			11.	9:00
Stručno-trenerska praksa u konjičkom sportu III (172668)			6.	17:00			7.	9:00	13.	17:00	17.	17:00	15.	17:00	12.	9:00			28.8.	9:00
Vučetić, V.							21.	9:00							26.	9:00			11.	9:00

Košarka

Košarka	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
2. semestar, 1. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Antropološka analiza u košarci (146413)			6.	16:30			7.	10:00			3.	16:30	8.	16:30	5.	10:00			28.8.	10:00
Matković B.; Knjaz D., Rupčić T.							21.	10:00												
Kineziološka analiza košarke (146412)			6.	16:30			7.	10:00			3.	16:30	8.	16:30	5.	10:00			28.8.	10:00
Matković B.; Knjaz D., Rupčić T.							21.	10:00												
Metodika u košarci I. (146414)			6.	16:30			7.	10:00			3.	16:30	8.	16:30	5.	10:00			28.8.	10:00
Rupčić T., Matković B.; Knjaz D.,							21.	10:00												
Povijest, pravila i organizacija košarke (146411)			6.	16:30			7.	10:00			3.	16:30	8.	16:30	5.	10:00			28.8.	10:00
Knjaz D., Matković B.; Rupčić T.							21.	10:00												
Stručno-trenerska praksa u košarci I. (146415)	ne polaže se																			
Rupčić T., Matković B.; Knjaz D.,																				
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Povijest, pravila i organizacija košarke (89482)			6.	16:30			7.	10:00			3.	16:30	8.	16:30	5.	10:00			28.8.	10:00
Knjaz, D.							21.	10:00												
Kineziološka analiza košarke I. (117881)			6.	16:30			7.	10:00			3.	16:30	8.	16:30	5.	10:00			28.8.	10:00
Matković, B.							21.	10:00												
Antropološka analiza u košarci (89508)			6.	16:30			7.	10:00			3.	16:30	8.	16:30	5.	10:00			28.8.	10:00
Matković, B.							21.	10:00												
Metodika kondicijske pripreme u košarci I. (117892)			6.	16:30			7.	10:00			3.	16:30	8.	16:30	5.	10:00			28.8.	10:00
Matković, B.							21.	10:00												
Metodika tehničke i taktičke pripreme u košarci I. (117422)			6.	16:30			7.	10:00			3.	16:30	8.	16:30	5.	10:00			28.8.	10:00
Matković, B.							21.	10:00												
Stručno-trenerska praksa u košarci I. (123912)																				
4. semestar, 2. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Metodika u košarci II. (162420)			6.	16:30			7.	10:00			3.	16:30	8.	16:30	5.	10:00			28.8.	10:00
Rupčić T., Matković B.; Knjaz D.,							21.	10:00												
Metodika u košarci III. (162421)			6.	16:30			7.	10:00			3.	16:30	8.	16:30	5.	10:00			28.8.	10:00
Knjaz D., Matković B.; Rupčić T.							21.	10:00												
Stručno-trenerska praksa u košarci II. (162422)			6.	16:30			7.	10:00			3.	16:30	8.	16:30	5.	10:00			28.8.	10:00
Rupčić T., Matković B.; Knjaz D.,							21.	10:00												
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Metodika kondicijske pripreme u košarci II. (123798)			6.	16:30			7.	10:00			3.	16:30	8.	16:30	5.	10:00			28.8.	10:00
Matković, B.							21.	10:00												
Metodika tehničke i taktičke pripreme u košarci II. (123800)			6.	16:30			7.	10:00			3.	16:30	8.	16:30	5.	10:00			28.8.	10:00
Matković, B.							21.	10:00												
Programiranje treninga u košarci I. (123801)			6.	16:30			7.	10:00			3.	16:30	8.	16:30	5.	10:00			28.8.	10:00
Knjaz, D.							21.	10:00												
Stručno-trenerska praksa u Košarci II. (123913)			6.	16:30			7.	10:00			3.	16:30	8.	16:30	5.	10:00			28.8.	10:00
Knjaz, D.							21.	10:00												
6. semestar, 3. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Kontrola treniranosti u košarci (172670)			6.	16:30			7.	10:00			3.	16:30	8.	16:30	5.	10:00			28.8.	10:00
Knjaz D., Matković B.; Rupčić T.							21.	10:00												
Programiranje treninga u košarci (172669)			6.	16:30			7.	10:00			3.	16:30	8.	16:30	5.	10:00			28.8.	10:00
Knjaz D., Matković B.; Rupčić T.							21.	10:00												
Stručno-trenerska praksa u košarci III (172671)			6.	16:30			7.	10:00			3.	16:30	8.	16:30	5.	10:00			28.8.	10:00
Knjaz D., Matković B.; Rupčić T.							21.	10:00												
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Kontrola treniranosti u košarci (123845)			6.	16:30			7.	10:00			3.	16:30	8.	16:30	5.	10:00			28.8.	10:00
Knjaz, D.							21.	10:00												
Metodika tehničke i taktičke pripreme u košarci III. (123843)			6.	16:30			7.	10:00			3.	16:30	8.	16:30	5.	10:00			28.8.	10:00
Matković, B.							21.	10:00												
Programiranje treninga u košarci II. (123844)			6.	16:30			7.	10:00			3.	16:30	8.	16:30	5.	10:00			28.8.	10:00
Knjaz, D.							21.	10:00												
Stručno-trenerska praksa u Košarci III. (123914)			6.	16:30			7.	10:00			3.	16:30	8.	16:30	5.	10:00			28.8.	10:00
Knjaz, D.							21.	10:00												

Nogomet

Nogomet	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
2. semestar, 1. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Antropološka analiza u nogometu (146418)	21.	17:00					29.1.	9.00					21.	17:00	11.	9.00			27.8.	9.00
Barišić, V.							13.	9.00							25.	9.00			10.	9.00
Kineziološka analiza nogometa (146417)	21.	17:00					29.1.	9.00					21.	17:00	11.	9.00			27.8.	9.00
Barišić, V.							13.	9.00							25.	9.00			10.	9.00
Metodika u nogometu I. (146419)	21.	17:00					29.1.	9.00					21.	17:00	11.	9.00			27.8.	9.00
Barišić, V.							13.	9.00							25.	9.00			10.	9.00
Povijest, pravila i organizacija nogometa (146416)	21.	17:00					29.1.	9.00					21.	17:00	11.	9.00			27.8.	9.00
Barišić, V.							13.	9.00							25.	9.00			10.	9.00
Stručno-trenerska praksa u nogometu I. (146420)	ne polaže se																			
Barišić, V.																				
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Povijest, pravila i organizacija nogometa (89483)	21.	17:00					29.1.	9.00					21.	17:00	11.	9.00			27.8.	9.00
Barišić, V.							13.	9.00							25.	9.00			10.	9.00
Kineziološka analiza nogometa I. (117884)	21.	17:00					29.1.	9.00					21.	17:00	11.	9.00			27.8.	9.00
Barišić, V.							13.	9.00							25.	9.00			10.	9.00
Antropološka analiza u nogometu (89509)	21.	17:00					29.1.	9.00					21.	17:00	11.	9.00			27.8.	9.00
Barišić, V.							13.	9.00							25.	9.00			10.	9.00
Metodika kondicijske pripreme u nogometu I. (117890)	21.	17:00					29.1.	9.00					21.	17:00	11.	9.00			27.8.	9.00
Barišić, V.							13.	9.00							25.	9.00			10.	9.00
Metodika tehničke i taktičke pripreme u nogometu I. (117421)	21.	17:00					29.1.	9.00					21.	17:00	11.	9.00			27.8.	9.00
Barišić, V.							13.	9.00							25.	9.00			10.	9.00
Stručno-trenerska praksa u nogometu I. (123915)	21.	17:00					29.1.	9.00					21.	17:00	11.	9.00			27.8.	9.00
Barišić, V.							13.	9.00							25.	9.00			10.	9.00
4. semestar, 2. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Metodika u nogometu II. (162441)	21.	17:00					29.1.	9.00					21.	17:00	11.	9.00			27.8.	9.00
Barišić, V.							13.	9.00							25.	9.00			10.	9.00
Metodika u nogometu III. (162442)	21.	17:00					29.1.	9.00					21.	17:00	11.	9.00			27.8.	9.00
Barišić, V.							13.	9.00							25.	9.00			10.	9.00
Stručno-trenerska praksa u nogometu II. (162444)	21.	17:00					29.1.	9.00					21.	17:00	11.	9.00			27.8.	9.00
Barišić, V.							13.	9.00							25.	9.00			10.	9.00
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Kineziološka analiza nogometa II. (123802)	21.	17:00					29.1.	9.00					21.	17:00	11.	9.00			27.8.	9.00
Barišić, V.							13.	9.00							25.	9.00			10.	9.00
Metodika kondicijske pripreme u nogometu II. (123804)	21.	17:00					29.1.	9.00					21.	17:00	11.	9.00			27.8.	9.00
Barišić, V.							13.	9.00							25.	9.00			10.	9.00
Metodika tehničke i taktičke pripreme u nogometu II. (123805)	21.	17:00					29.1.	9.00					21.	17:00	11.	9.00			27.8.	9.00
Barišić, V.							13.	9.00							25.	9.00			10.	9.00
Programiranje treninga u nogometu I. (123806)	21.	17:00					29.1.	9.00					21.	17:00	11.	9.00			27.8.	9.00
Barišić, V.							13.	9.00							25.	9.00			10.	9.00
Stručno-trenerska praksa u Nogometu II. (123916)	21.	17:00					29.1.	9.00					21.	17:00	11.	9.00			27.8.	9.00
Barišić, V.							13.	9.00							25.	9.00			10.	9.00
6. semestar, 3. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Kontrola treniranosti u nogometu (172679)	21.	17:00					29.1.	9.00					21.	17:00	11.	9.00			27.8.	9.00
Barišić, V.							13.	9.00							25.	9.00			10.	9.00
Programiranje treninga u nogometu (172678)	21.	17:00					29.1.	9.00					21.	17:00	11.	9.00			27.8.	9.00
Barišić, V.							13.	9.00							25.	9.00			10.	9.00
Stručno-trenerska praksa u nogometu III (172680)	21.	17:00					29.1.	9.00					21.	17:00	11.	9.00			27.8.	9.00
Barišić, V.							13.	9.00							25.	9.00			10.	9.00
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Kontrola treniranosti u nogometu (123850)	21.	17:00					29.1.	9.00					21.	17:00	11.	9.00			27.8.	9.00
Barišić, V.							13.	9.00							25.	9.00			10.	9.00
Metodika tehničke i taktičke pripreme u nogometu III. (123846)	21.	17:00					29.1.	9.00					21.	17:00	11.	9.00			27.8.	9.00
Barišić, V.							13.	9.00							25.	9.00			10.	9.00
Programiranje treninga u nogometu II. (123847)	21.	17:00					29.1.	9.00					21.	17:00	11.	9.00			27.8.	9.00
Barišić, V.							13.	9.00							25.	9.00			10.	9.00
Stručno-trenerska praksa u Nogometu III. (123917)	21.	17:00					29.1.	9.00					21.	17:00	11.	9.00			27.8.	9.00
Barišić, V.							13.	9.00							25.	9.00			10.	9.00

Odbojka

Odbojka	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
2. semestar, 1. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Antropološka analiza u odbojci (161645)	9.	16.30	7.	16.30			8.	08:00			3.	16:30	8.	16:30	12.	8:00			28.8.	08:00
Rešetar, T., Marelić N., Đurković, T.							22.	8:00							16.	8:00			17.	8:00
Kineziološka analiza odbojke (161644)	9.	16.30	7.	16.30			8.	08:00			3.	16:30	8.	16:30	12.	8:00			28.8.	08:00
Marelić N., Đurković, T., Rešetar, T.							22.	8:00							16.	8:00			17.	8:00
Metodika u odbojci I. (161646)	9.	16.30	7.	16.30			8.	08:00			3.	16:30	8.	16:30	12.	8:00			28.8.	08:00
Marelić N., Đurković, T., Rešetar, T.							22.	8:00							16.	8:00			17.	8:00
Povijest, pravila i organizacija odbojke (161643)	9.	16.30	7.	16.30			8.	08:00			3.	16:30	8.	16:30	12.	8:00			28.8.	08:00
Đurković, T., Marelić N., Rešetar, T.							22.	8:00							16.	8:00			17.	8:00
Stručno-trenerska praksa u odbojci I. (161647)	ne polaže se																			
Marelić N., Đurković, T., Rešetar, T.																				
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Povijest, pravila i organizacija odbojke (137535)	9.	16.30	7.	16.30			8.	08:00			3.	16:30	8.	16:30	12.	8:00			28.8.	08:00
Marelić, N.							22.	8:00							16.	8:00			17.	8:00
Kineziološka analiza odbojke I. (137536)	9.	16.30	7.	16.30			8.	08:00			3.	16:30	8.	16:30	12.	8:00			28.8.	08:00
Marelić, N.							22.	8:00							16.	8:00			17.	8:00
Antropološka analiza u odbojci (89511)	9.	16.30	7.	16.30			8.	08:00			3.	16:30	8.	16:30	12.	8:00			28.8.	08:00
Marelić, N.							22.	8:00							16.	8:00			17.	8:00
Metodika kondicijske pripreme u odbojci I. (137537)	9.	16.30	7.	16.30			8.	08:00			3.	16:30	8.	16:30	12.	8:00			28.8.	08:00
Marelić, N.							22.	8:00							16.	8:00			17.	8:00
Metodika tehničke i taktičke pripreme u odbojci I. (137538)	9.	16.30	7.	16.30			8.	08:00			3.	16:30	8.	16:30	12.	8:00			28.8.	08:00
Marelić, N.							22.	8:00							16.	8:00			17.	8:00
Stručno-trenerska praksa u odbojci I. (137539)	9.	16.30	7.	16.30			8.	08:00			3.	16:30	8.	16:30	12.	8:00			28.8.	08:00
Marelić, N.							22.	8:00							16.	8:00			17.	8:00
4. semestar, 2. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Metodika u odbojci II. (162445)	9.	16.30	7.	16.30			8.	08:00			3.	16:30	8.	16:30	12.	8:00			28.8.	08:00
Đurković, T., Marelić N., Rešetar, T.							22.	8:00							16.	8:00			17.	8:00
Metodika u odbojci III. (162447)	9.	16.30	7.	16.30			8.	08:00			3.	16:30	8.	16:30	12.	8:00			28.8.	08:00
Đurković, T., Marelić N., Rešetar, T.							22.	8:00							16.	8:00			17.	8:00
Stručno-trenerska praksa u odbojci II. (162448)	9.	16.30	7.	16.30			8.	08:00			3.	16:30	8.	16:30	12.	8:00			28.8.	08:00
Đurković, T., Marelić N., Rešetar, T.							22.	8:00							16.	8:00			17.	8:00
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Redovni predmeti																				
Kineziološka analiza odbojke II. (137540)	9.	16.30	7.	16.30			8.	08:00			3.	16:30	8.	16:30	12.	8:00			28.8.	08:00
Marelić, N.							22.	8:00							16.	8:00			17.	8:00
Metodika kondicijske pripreme u odbojci II. (137541)	9.	16.30	7.	16.30			8.	08:00			3.	16:30	8.	16:30	12.	8:00			28.8.	08:00
Marelić, N.							22.	8:00							16.	8:00			17.	8:00
Metodika tehničke i taktičke pripreme u odbojci II. (137542)	9.	16.30	7.	16.30			8.	08:00			3.	16:30	8.	16:30	12.	8:00			28.8.	08:00
Marelić, N.							22.	8:00							16.	8:00			17.	8:00
Programiranje treninga u odbojci I. (137543)	9.	16.30	7.	16.30			8.	08:00			3.	16:30	8.	16:30	12.	8:00			28.8.	08:00
Marelić, N.							22.	8:00							16.	8:00			17.	8:00
Stručno-trenerska praksa u Odbojci II. (137544)	9.	16.30	7.	16.30			8.	08:00			3.	16:30	8.	16:30	12.	8:00			28.8.	08:00
Marelić, N.							22.	8:00							16.	8:00			17.	8:00
6. semestar, 3. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Kontrola treniranosti u odbojci (172682)	9.	16.30	7.	16.30			8.	08:00			3.	16:30	8.	16:30	12.	8:00			28.8.	08:00
Rešetar, T., Marelić N., Đurković, T.							22.	8:00							16.	8:00			17.	8:00
Programiranje treninga u odbojci (172681)	9.	16.30	7.	16.30			8.	08:00			3.	16:30	8.	16:30	12.	8:00			28.8.	08:00
Đurković, T., Marelić N., Rešetar, T.							22.	8:00							16.	8:00			17.	8:00
Stručno-trenerska praksa u odbojci III (172683)	9.	16.30	7.	16.30			8.	08:00			3.	16:30	8.	16:30	12.	8:00			28.8.	08:00
Rešetar, T., Marelić N., Đurković, T.							22.	8:00							16.	8:00			17.	8:00
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Kontrola treniranosti u odbojci (137547)	9.	16.30	7.	16.30			8.	08:00			3.	16:30	8.	16:30	12.	8:00			28.8.	08:00
Marelić, N.							22.	8:00							16.	8:00			17.	8:00
Metodika tehničke i taktičke pripreme u odbojke III. (137545)	9.	16.30	7.	16.30			8.	08:00			3.	16:30	8.	16:30	12.	8:00			28.8.	08:00
Marelić, N.							22.	8:00							16.	8:00			17.	8:00
Programiranje treninga u odbojci II. (137546)	9.	16.30	7.	16.30			8.	08:00			3.	16:30	8.	16:30	12.	8:00			28.8.	08:00
Marelić, N.							22.	8:00							16.	8:00			17.	8:00
Stručno-trenerska praksa u Odbojci III. (137548)	9.	16.30	7.	16.30			8.	08:00			3.	16:30	8.	16:30	12.	8:00			28.8.	08:00
Marelić, N.							22.	8:00							16.	8:00			17.	8:00

Ples

Ples	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
2. semestar, 1. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Antropološka analiza u plesu (146473)			11.	17:00	8.	17.00	5.	9:00			15.	17.00			17.	9:00	1.	9:00	2.	9:00
Vlašić, J.							19.	9:00											16.	9:00
Kineziološka analiza plesa (146472)			11.	17:00	8.	17.00	5.	9:00			15.	17.00			17.	9:00	1.	9:00	2.	9:00
Vlašić, J.							19.	9:00											16.	9:00
Metodika u plesu I. (146474)			11.	17:00	8.	17.00	5.	9:00			15.	17.00			17.	9:00	1.	9:00	2.	9:00
Vlašić, J.							19.	9:00											16.	9:00
Povijest, pravila i organizacija plesa (146471)			11.	17:00	8.	17.00	5.	9:00			15.	17.00			17.	9:00	1.	9:00	2.	9:00
Vlašić, J.							19.	9:00											16.	9:00
Stručno-trenerska praksa u plesu I. (146475)	ne polaže se																			
Vlašić, J.																				
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Povijest, pravila i organizacija plesa (117399)			11.	17:00	8.	17.00	5.	9:00			15.	17.00			17.	9:00	1.	9:00	2.	9:00
Vlašić, J.							19.	9:00											16.	9:00
Kineziološka analiza plesa I. (117885)			11.	17:00	8.	17.00	5.	9:00			15.	17.00			17.	9:00	1.	9:00	2.	9:00
Vlašić, J.							19.	9:00											16.	9:00
Antropološka analiza u plesu (117398)			11.	17:00	8.	17.00	5.	9:00			15.	17.00			17.	9:00	1.	9:00	2.	9:00
Vlašić, J.							19.	9:00											16.	9:00
Metodika kondicijske pripreme u plesu I. (117893)			11.	17:00	8.	17.00	5.	9:00			15.	17.00			17.	9:00	1.	9:00	2.	9:00
Vlašić, J.							19.	9:00											16.	9:00
Metodika tehničko i scenske pripreme u plesu I. (117423)			11.	17:00	8.	17.00	5.	9:00			15.	17.00			17.	9:00	1.	9:00	2.	9:00
Vlašić, J.							19.	9:00											16.	9:00
Stručno-trenerska praksa u plesu I. (123918)			11.	17:00	8.	17.00	5.	9:00			15.	17.00			17.	9:00	1.	9:00	2.	9:00
Vlašić, J.							19.	9:00											16.	9:00
4. semestar, 2. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Metodika u plesu II. (162453)			11.	17:00	8.	17.00	5.	9:00			15.	17.00			17.	9:00	1.	9:00	2.	9:00
Vlašić, J.							19.	9:00											16.	9:00
Metodika u plesu III. (162454)			11.	17:00	8.	17.00	5.	9:00			15.	17.00			17.	9:00	1.	9:00	2.	9:00
Vlašić, J.							19.	9:00											16.	9:00
Stručno-trenerska praksa u plesu II. (162455)			11.	17:00	8.	17.00	5.	9:00			15.	17.00			17.	9:00	1.	9:00	2.	9:00
Vlašić, J.							19.	9:00											16.	9:00
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Kineziološka analiza plesa II. (123808)			11.	17:00	8.	17.00	5.	9:00			15.	17.00			17.	9:00	1.	9:00	2.	9:00
Vlašić, J.							19.	9:00											16.	9:00
Metodika kondicijske pripreme u plesu II. (123809)			11.	17:00	8.	17.00	5.	9:00			15.	17.00			17.	9:00	1.	9:00	2.	9:00
Vlašić, J.							19.	9:00											16.	9:00
Metodika tehničke i scenske pripreme u plesu II. (123811)			11.	17:00	8.	17.00	5.	9:00			15.	17.00			17.	9:00	1.	9:00	2.	9:00
Vlašić, J.							19.	9:00											16.	9:00
Programiranje treninga u plesu I. (123813)			11.	17:00	8.	17.00	5.	9:00			15.	17.00			17.	9:00	1.	9:00	2.	9:00
Vlašić, J.							19.	9:00											16.	9:00
Stručno-trenerska praksa u Plesu II. (123919)			11.	17:00	8.	17.00	5.	9:00			15.	17.00			17.	9:00	1.	9:00	2.	9:00
Vlašić, J.							19.	9:00											16.	9:00
6. semestar, 3. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Kontrola treniranosti u plesu (172688)			11.	17:00	8.	17.00	5.	9:00			15.	17.00			17.	9:00	1.	9:00	2.	9:00
Vlašić, J.							19.	9:00											16.	9:00
Programiranje treninga u plesu (172687)			11.	17:00	8.	17.00	5.	9:00			15.	17.00			17.	9:00	1.	9:00	2.	9:00
Vlašić, J.							19.	9:00											16.	9:00
Stručno-trenerska praksa u plesu III (172689)			11.	17:00	8.	17.00	5.	9:00			15.	17.00			17.	9:00	1.	9:00	2.	9:00
Vlašić, J.							19.	9:00											16.	9:00
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Kontrola treniranosti u plesu (123855)			11.	17:00	8.	17.00	5.	9:00			15.	17.00			17.	9:00	1.	9:00	2.	9:00
Vlašić, J.							19.	9:00											16.	9:00
Metodika tehničke i scenske pripreme u plesu III. (123851)			11.	17:00	8.	17.00	5.	9:00			15.	17.00			17.	9:00	1.	9:00	2.	9:00
Vlašić, J.							19.	9:00											16.	9:00
Programiranje treninga u plesu II. (123852)			11.	17:00	8.	17.00	5.	9:00			15.	17.00			17.	9:00	1.	9:00	2.	9:00
Vlašić, J.							19.	9:00											16.	9:00
Stručno-trenerska praksa u Plesu III. (123920)			11.	17:00	8.	17.00	5.	9:00			15.	17.00			17.	9:00	1.	9:00	2.	9:00
Vlašić, J.							19.	9:00											16.	9:00

Plivanje

Plivanje	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
2. semestar, 1. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Antropološka analiza u plivanju (146423)	21.	13:00	5.	13:00	30.	11:00	13.	11:00			23.	14:00			11.	11:00	1.	11:00	5.	11:00
Leko, G.															20.	11:00	10.	11:00	18.	11:00
Kineziološka analiza plivanja (146422)	21.	13:00	5.	13:00	30.	11:00	13.	11:00			23.	14:00			11.	11:00	1.	11:00	5.	11:00
Leko, G.															20.	11:00	10.	11:00	18.	11:00
Metodika u plivanju I. (146424)	21.	13:00	5.	13:00	30.	11:00	13.	11:00			23.	14:00			11.	11:00	1.	11:00	5.	11:00
Leko, G.															20.	11:00	10.	11:00	18.	11:00
Povijest, pravila i organizacija plivanja (146421)	21.	13:00	5.	13:00	30.	11:00	13.	11:00			23.	14:00			11.	11:00	1.	11:00	5.	11:00
Leko, G.															20.	11:00	10.	11:00	18.	11:00
Stručno-trenerska praksa u plivanju I. (146425)	ne polaže se																			
Leko, G.																				
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Povijest, pravila i organizacija plivanja (122211)	21.	13:00	5.	13:00	30.	11:00	13.	11:00			23.	14:00			11.	11:00	1.	11:00	5.	11:00
Leko, G.															20.	11:00	10.	11:00	18.	11:00
Kineziološka analiza plivanja I. (122207)	21.	13:00	5.	13:00	30.	11:00	13.	11:00			23.	14:00			11.	11:00	1.	11:00	5.	11:00
Leko, G.															20.	11:00	10.	11:00	18.	11:00
Antropološka analiza u plivanju (122210)	21.	13:00	5.	13:00	30.	11:00	13.	11:00			23.	14:00			11.	11:00	1.	11:00	5.	11:00
Leko, G.															20.	11:00	10.	11:00	18.	11:00
Metodika kondicijske pripreme u plivanju I. (122208)	21.	13:00	5.	13:00	30.	11:00	13.	11:00			23.	14:00			11.	11:00	1.	11:00	5.	11:00
Leko, G.															20.	11:00	10.	11:00	18.	11:00
Metodika tehničke i taktičke pripreme u plivanju I. (122209)	21.	13:00	5.	13:00	30.	11:00	13.	11:00			23.	14:00			11.	11:00	1.	11:00	5.	11:00
Leko, G.															20.	11:00	10.	11:00	18.	11:00
Stručno-trenerska praksa u plivanju I. (123921)	21.	13:00	5.	13:00	30.	11:00	13.	11:00			23.	14:00			11.	11:00	1.	11:00	5.	11:00
Leko, G.															20.	11:00	10.	11:00	18.	11:00
4. semestar, 2. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Metodika u plivanju II. (162457)	21.	13:00	5.	13:00	30.	11:00	13.	11:00			23.	14:00			11.	11:00	1.	11:00	5.	11:00
Leko, G.															20.	11:00	10.	11:00	18.	11:00
Metodika u plivanju III. (162459)	21.	13:00	5.	13:00	30.	11:00	13.	11:00			23.	14:00			11.	11:00	1.	11:00	5.	11:00
Leko, G.															20.	11:00	10.	11:00	18.	11:00
Stručno-trenerska praksa u plivanju II. (162461)	21.	13:00	5.	13:00	30.	11:00	13.	11:00			23.	14:00			11.	11:00	1.	11:00	5.	11:00
Leko, G.															20.	11:00	10.	11:00	18.	11:00
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Kineziološka analiza plivanja II. (123815)	21.	13:00	5.	13:00	30.	11:00	13.	11:00			23.	14:00			11.	11:00	1.	11:00	5.	11:00
Leko, G.															20.	11:00	10.	11:00	18.	11:00
Metodika kondicijske pripreme u plivanju II. (123816)	21.	13:00	5.	13:00	30.	11:00	13.	11:00			23.	14:00			11.	11:00	1.	11:00	5.	11:00
Leko, G.															20.	11:00	10.	11:00	18.	11:00
Metodika tehničke i taktičke pripreme u plivanju II. (123817)	21.	13:00	5.	13:00	30.	11:00	13.	11:00			23.	14:00			11.	11:00	1.	11:00	5.	11:00
Leko, G.															20.	11:00	10.	11:00	18.	11:00
Programiranje treninga u plivanju I. (123818)	21.	13:00	5.	13:00	30.	11:00	13.	11:00			23.	14:00			11.	11:00	1.	11:00	5.	11:00
Leko, G.															20.	11:00	10.	11:00	18.	11:00
Stručno-trenerska praksa u Plivanju II. (123922)	21.	13:00	5.	13:00	30.	11:00	13.	11:00			23.	14:00			11.	11:00	1.	11:00	5.	11:00
Leko, G.															20.	11:00	10.	11:00	18.	11:00
6. semestar, 3. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Kontrola treniranosti u plivanju (172691)	21.	13:00	5.	13:00	30.	11:00	13.	11:00			23.	14:00			11.	11:00	1.	11:00	5.	11:00
Leko, G.															20.	11:00	10.	11:00	18.	11:00
Programiranje treninga u plivanju (172690)	21.	13:00	5.	13:00	30.	11:00	13.	11:00			23.	14:00			11.	11:00	1.	11:00	5.	11:00
Leko, G.															20.	11:00	10.	11:00	18.	11:00
Stručno-trenerska praksa u plivanju III (172692)	21.	13:00	5.	13:00	30.	11:00	13.	11:00			23.	14:00			11.	11:00	1.	11:00	5.	11:00
Leko, G.															20.	11:00	10.	11:00	18.	11:00
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Kontrola treniranosti u plivanju (123859)	21.	13:00	5.	13:00	30.	11:00	13.	11:00			23.	14:00			11.	11:00	1.	11:00	5.	11:00
Leko, G.															20.	11:00	10.	11:00	18.	11:00
Metodika tehničke i taktičke pripreme u plivanju III. (123856)	21.	13:00	5.	13:00	30.	11:00	13.	11:00			23.	14:00			11.	11:00	1.	11:00	5.	11:00
Leko, G.															20.	11:00	10.	11:00	18.	11:00
Programiranje treninga u plivanju II. (123858)	21.	13:00	5.	13:00	30.	11:00	13.	11:00			23.	14:00			11.	11:00	1.	11:00	5.	11:00
Leko, G.															20.	11:00	10.	11:00	18.	11:00
Stručno-trenerska praksa u Plivanju III. (123923)	21.	13:00	5.	13:00	30.	11:00	13.	11:00			23.	14:00			11.	11:00	1.	11:00	5.	11:00
Leko, G.															20.	11:00	10.	11:00	18.	11:00

Ritmička gimnastika

Ritmička gimnastika	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
2. semestar, 1. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti																				
Antropološka analiza u ritmičkoj gimnastici (146480)	14.	16:15			16.	11:00	6.	11:00			9.	16:15			3.	11:00			27.8.	11:00
Furjan-Mandić, G., Radaš J.															19.	11:00			10.	11:00
Kineziološka analiza ritmičke gimnastike (146479)	14.	16:15			16.	11:00	6.	11:00			9.	16:15			3.	11:00			27.8.	11:00
Furjan-Mandić, G., Radaš J.															19.	11:00			10.	11:00
Metodika u ritmičkoj gimnastici I. (146481)	14.	16:15			16.	11:00	6.	11:00			9.	16:15			3.	11:00			27.8.	11:00
Furjan-Mandić, G., Radaš J.															19.	11:00			10.	11:00
Povijest, pravila i organizacija ritmičke gimnastike (146477)	14.	16:15			16.	11:00	6.	11:00			9.	16:15			3.	11:00			27.8.	11:00
Furjan-Mandić, G., Radaš J.															19.	11:00			10.	11:00
Stručno-trenerska praksa u ritmičkoj gimnastici I. (146493)	ne polaže se																			
Furjan-Mandić, G., Radaš J.																				
4. semestar, 2. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Metodika u ritmičkoj gimnastici II. (162501)	14.	16:15			16.	11:00	6.	11:00			9.	16:15			3.	11:00			27.8.	11:00
Furjan-Mandić, G., Radaš J.															19.	11:00			10.	11:00
Metodika u ritmičkoj gimnastici III. (162502)	14.	16:15			16.	11:00	6.	11:00			9.	16:15			3.	11:00			27.8.	11:00
Furjan-Mandić, G., Radaš J.															19.	11:00			10.	11:00
Stručno-trenerska praksa u ritmičkoj gimnastici II. (162503)	14.	16:15			16.	11:00	6.	11:00			9.	16:15			3.	11:00			27.8.	11:00
Furjan-Mandić, G., Radaš J.															19.	11:00			10.	11:00
6. semestar, 3. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Kontrola treniranosti u ritmičkoj gimnastici (172694)	14.	16:15			16.	11:00	6.	11:00			9.	16:15			3.	11:00			27.8.	11:00
Furjan-Mandić, G., Radaš J.															19.	11:00			10.	11:00
Programiranje treninga u ritmičkoj gimnastici (172693)	14.	16:15			16.	11:00	6.	11:00			9.	16:15			3.	11:00			27.8.	11:00
Furjan-Mandić, G., Radaš J.															19.	11:00			10.	11:00
Stručno-trenerska praksa u ritmičkoj gimnastici III (172695)	14.	16:15			16.	11:00	6.	11:00			9.	16:15			3.	11:00			27.8.	11:00
Furjan-Mandić, G., Radaš J.															19.	11:00			10.	11:00

Rukomet

Rukomet	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
2. semestar, 1. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Antropološka analiza u rukometu (146428)	7.	17.00	5.	17.00	31.	17.00	14.	17.00	20.	17.00	18.	17.00	16.	17.00	12.	17.00			4.	17.00
Ohnjec, K., Gruić, I.															25.	17.00			18.	17.00
Kineziološka analiza rukometa (146427)	7.	17.00	5.	17.00	31.	17.00	14.	17.00	20.	17.00	18.	17.00	16.	17.00	12.	17.00			4.	17.00
Ohnjec, K., Gruić, I.															25.	17.00			18.	17.00
Metodika u rukometu I. (146429)	7.	17.00	5.	17.00	31.	17.00	14.	17.00	20.	17.00	18.	17.00	16.	17.00	12.	17.00			4.	17.00
Ohnjec, K., Gruić, I.															25.	17.00			18.	17.00
Povijest, pravila i organizacija rukometa (146426)	7.	17.00	5.	17.00	31.	17.00	14.	17.00	20.	17.00	18.	17.00	16.	17.00	12.	17.00			4.	17.00
Ohnjec, K., Gruić, I.															25.	17.00			18.	17.00
Stručno-trenerska praksa u rukometu I. (146430)	ne polaže se																			
Ohnjec, K., Gruić, I.																				
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Povijest, pravila i organizacija rukometa (89487)	7.	17.00	5.	17.00	31.	17.00	14.	17.00	20.	17.00	18.	17.00	16.	17.00	12.	17.00			4.	17.00
Ohnjec, K., Gruić, I.															25.	17.00			18.	17.00
Kineziološka analiza rukometa I. (117886)	7.	17.00	5.	17.00	31.	17.00	14.	17.00	20.	17.00	18.	17.00	16.	17.00	12.	17.00			4.	17.00
Ohnjec, K., Gruić, I.															25.	17.00			18.	17.00
Antropološka analiza u rukometu (89514)	7.	17.00	5.	17.00	31.	17.00	14.	17.00	20.	17.00	18.	17.00	16.	17.00	12.	17.00			4.	17.00
Ohnjec, K., Gruić, I.															25.	17.00			18.	17.00
Metodika kondicijske pripreme u rukometu I. (117894)	7.	17.00	5.	17.00	31.	17.00	14.	17.00	20.	17.00	18.	17.00	16.	17.00	12.	17.00			4.	17.00
Ohnjec, K., Gruić, I.															25.	17.00			18.	17.00
Metodika tehničke i taktičke pripreme u rukometu I. (117416)	7.	17.00	5.	17.00	31.	17.00	14.	17.00	20.	17.00	18.	17.00	16.	17.00	12.	17.00			4.	17.00
Ohnjec, K., Gruić, I.															25.	17.00			18.	17.00
Stručno-trenerska praksa u rukometu I. (123924)	7.	17.00	5.	17.00	31.	17.00	14.	17.00	20.	17.00	18.	17.00	16.	17.00	12.	17.00			4.	17.00
Ohnjec, K., Gruić, I.															25.	17.00			18.	17.00
4. semestar, 2. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Metodika u rukometu II. (162505)	7.	17.00	5.	17.00	31.	17.00	14.	17.00	20.	17.00	18.	17.00	16.	17.00	12.	17.00			4.	17.00
Ohnjec, K., Gruić, I.															25.	17.00			18.	17.00
Metodika u rukometu III. (162507)	7.	17.00	5.	17.00	31.	17.00	14.	17.00	20.	17.00	18.	17.00	16.	17.00	12.	17.00			4.	17.00
Ohnjec, K., Gruić, I.															25.	17.00			18.	17.00
Stručno-trenerska praksa u rukometu II. (162508)	7.	17.00	5.	17.00	31.	17.00	14.	17.00	20.	17.00	18.	17.00	16.	17.00	12.	17.00			4.	17.00
Ohnjec, K., Gruić, I.															25.	17.00			18.	17.00
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Kineziološka analiza rukometa II. (123820)	7.	17.00	5.	17.00	31.	17.00	14.	17.00	20.	17.00	18.	17.00	16.	17.00	12.	17.00			4.	17.00
Ohnjec, K., Gruić, I.															25.	17.00			18.	17.00
Metodika kondicijske pripreme u rukometu II. (123821)	7.	17.00	5.	17.00	31.	17.00	14.	17.00	20.	17.00	18.	17.00	16.	17.00	12.	17.00			4.	17.00
Ohnjec, K., Gruić, I.															25.	17.00			18.	17.00
Metodika tehničke i taktičke pripreme u rukometu II. (123822)	7.	17.00	5.	17.00	31.	17.00	14.	17.00	20.	17.00	18.	17.00	16.	17.00	12.	17.00			4.	17.00
Ohnjec, K., Gruić, I.															25.	17.00			18.	17.00
Programiranje treninga u rukometu I. (123823)	7.	17.00	5.	17.00	31.	17.00	14.	17.00	20.	17.00	18.	17.00	16.	17.00	12.	17.00			4.	17.00
Ohnjec, K., Gruić, I.															25.	17.00			18.	17.00
Stručno-trenerska praksa u Rukometu II. (123925)	7.	17.00	5.	17.00	31.	17.00	14.	17.00	20.	17.00	18.	17.00	16.	17.00	12.	17.00			4.	17.00
Ohnjec, K., Gruić, I.															25.	17.00			18.	17.00
6. semestar, 3. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Kontrola treniranosti u rukometu (172697)	7.	17.00	5.	17.00	31.	17.00	14.	17.00	20.	17.00	18.	17.00	16.	17.00	12.	17.00			4.	17.00
Ohnjec, K., Gruić, I.															25.	17.00			18.	17.00
Programiranje treninga u rukometu (172696)	7.	17.00	5.	17.00	31.	17.00	14.	17.00	20.	17.00	18.	17.00	16.	17.00	12.	17.00			4.	17.00
Ohnjec, K., Gruić, I.															25.	17.00			18.	17.00
Stručno-trenerska praksa u rukometu III (172698)	7.	17.00	5.	17.00	31.	17.00	14.	17.00	20.	17.00	18.	17.00	16.	17.00	12.	17.00			4.	17.00
Ohnjec, K., Gruić, I.															25.	17.00			18.	17.00
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Kontrola treniranosti u rukometu (123864)	7.	17.00	5.	17.00	31.	17.00	14.	17.00	20.	17.00	18.	17.00	16.	17.00	12.	17.00			4.	17.00
Ohnjec, K., Gruić, I.															25.	17.00			18.	17.00
Metodika tehničke i taktičke pripreme u rukometu III. (123861)	7.	17.00	5.	17.00	31.	17.00	14.	17.00	20.	17.00	18.	17.00	16.	17.00	12.	17.00			4.	17.00
Ohnjec, K., Gruić, I.															25.	17.00			18.	17.00
Programiranje treninga u rukometu II. (123862)	7.	17.00	5.	17.00	31.	17.00	14.	17.00	20.	17.00	18.	17.00	16.	17.00	12.	17.00			4.	17.00
Ohnjec, K., Gruić, I.															25.	17.00			18.	17.00
Stručno-trenerska praksa u Rukometu III. (123926)	7.	17.00	5.	17.00	31.	17.00	14.	17.00	20.	17.00	18.	17.00	16.	17.00	12.	17.00			4.	17.00
Ohnjec, K., Gruić, I.															25.	17.00			18.	17.00
NAPOMENE:																				

Skijanje

Skijanje	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
2. semestar, 1. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Antropološka analiza u skijanju (163870)	21.	16:30	5.	16:30									7.	16:30	11.	12:00	4.	12:00	27.8.	12:00
Cigrovski, V.																			10.	12:00
Kineziološka analiza skijanja (163869)	21.	16:30	5.	16:30									7.	16:30	11.	12:00	4.	12:00	27.8.	12:00
Cigrovski, V.																			10.	12:00
Metodika u skijanju I. (163871)	21.	16:30	5.	16:30									7.	16:30	11.	12:00	4.	12:00	27.8.	12:00
Cigrovski, V.																			10.	12:00
Povijest, pravila i organizacija skijanja (163868)	21.	16:30	5.	16:30									7.	16:30	11.	12:00	4.	12:00	27.8.	12:00
Cigrovski, V.																			10.	12:00
Stručno-trenerska praksa u skijanju I. (163872)	ne polaže se																			
Cigrovski, V.																				
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Povijest, pravila i organizacija skijanja (138325)	21.	16:30	5.	16:30									7.	16:30	11.	12:00	4.	12:00	27.8.	12:00
Cigrovski, V.																			10.	12:00
Kineziološka analiza skijanja I. (138326)	21.	16:30	5.	16:30									7.	16:30	11.	12:00	4.	12:00	27.8.	12:00
Cigrovski, V.																			10.	12:00
Antropološka analiza u skijanju (89515)	21.	16:30	5.	16:30									7.	16:30	11.	12:00	4.	12:00	27.8.	12:00
Cigrovski, V.																			10.	12:00
Metodika kondicijske pripreme u skijanju I. (138328)	21.	16:30	5.	16:30									7.	16:30	11.	12:00	4.	12:00	27.8.	12:00
Cigrovski, V.																			10.	12:00
Metodika tehničke i taktičke pripreme u skijanju I. (138329)	21.	16:30	5.	16:30									7.	16:30	11.	12:00	4.	12:00	27.8.	12:00
Cigrovski, V.																			10.	12:00
Stručno-trenerska praksa u skijanju I. (138417)	21.	16:30	5.	16:30									7.	16:30	11.	12:00	4.	12:00	27.8.	12:00
Cigrovski, V.																			10.	12:00
4. semestar, 2. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Metodika u skijanju II. (162511)	21.	16:30	5.	16:30									7.	16:30	11.	12:00	4.	12:00	27.8.	12:00
Cigrovski, V.																			10.	12:00
Metodika u skijanju III. (162513)	21.	16:30	5.	16:30									7.	16:30	11.	12:00	4.	12:00	27.8.	12:00
Cigrovski, V.																			10.	12:00
Stručno-trenerska praksa u skijanju II. (162515)	21.	16:30	5.	16:30									7.	16:30	11.	12:00	4.	12:00	27.8.	12:00
Cigrovski, V.																			10.	12:00
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Kineziološka analiza skijanja II. (138418)	21.	16:30	5.	16:30									7.	16:30	11.	12:00	4.	12:00	27.8.	12:00
Cigrovski, V.																			10.	12:00
Metodika kondicijske pripreme u skijanju II. (138419)	21.	16:30	5.	16:30									7.	16:30	11.	12:00	4.	12:00	27.8.	12:00
Cigrovski, V.																			10.	12:00
Metodika tehničke i taktičke pripreme u skijanju II. (138420)	21.	16:30	5.	16:30									7.	16:30	11.	12:00	4.	12:00	27.8.	12:00
Cigrovski, V.																			10.	12:00
Programiranje treninga u skijanju I. (138421)	21.	16:30	5.	16:30									7.	16:30	11.	12:00	4.	12:00	27.8.	12:00
Cigrovski, V.																			10.	12:00
Stručno-trenerska praksa u skijanju II. (138422)	21.	16:30	5.	16:30									7.	16:30	11.	12:00	4.	12:00	27.8.	12:00
Cigrovski, V.																			10.	12:00
6. semestar, 3. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Kontrola treniranosti u skijanju (172700)	21.	16:30	5.	16:30									7.	16:30	11.	12:00	4.	12:00	27.8.	12:00
Cigrovski, V.																			10.	12:00
Programiranje treninga u skijanju (172699)	21.	16:30	5.	16:30									7.	16:30	11.	12:00	4.	12:00	27.8.	12:00
Cigrovski, V.																			10.	12:00
Stručno-trenerska praksa u skijanju III (172701)	21.	16:30	5.	16:30									7.	16:30	11.	12:00	4.	12:00	27.8.	12:00
Cigrovski, V.																			10.	12:00
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Kontrola treniranosti u skijanju (138426)	21.	16:30	5.	16:30									7.	16:30	11.	12:00	4.	12:00	27.8.	12:00
Matković, B.																			10.	12:00
Metodika tehničke i taktičke pripreme u skijanju III. (138423)	21.	16:30	5.	16:30									7.	16:30	11.	12:00	4.	12:00	27.8.	12:00
Matković, B.																			10.	12:00
Programiranje treninga u skijanju II. (138425)	21.	16:30	5.	16:30									7.	16:30	11.	12:00	4.	12:00	27.8.	12:00
Matković, B.																			10.	12:00
Stručno-trenerska praksa u skijanju III. (138427)	21.	16:30	5.	16:30									7.	16:30	11.	12:00	4.	12:00	27.8.	12:00
Matković, B.																			10.	12:00

Sportska gimnastika

Sportska gimnastika	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
2. semestar, 1. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Antropološka analiza u sportskoj gimnastici (146438)	**20.**	13:00			**31.**	13:00	**14.**	13:00							**20.**	13:00			**4.**	13:00
Hraski, Ž.																				
Kineziološka analiza sportske gimnastike (146437)	**20.**	13:00			**31.**	13:00	**14.**	13:00							**20.**	13:00			**4.**	13:00
Krističević, T.; Živčić, K.; Hraski, Ž.																				
Metodika u sportskoj gimnastici I. (146439)	**20.**	13:00			**31.**	13:00	**14.**	13:00							**20.**	13:00			**4.**	13:00
Krističević, T.; Živčić, K.; Hraski, Ž.																				
Povijest, pravila i organizacija sportske gimnastike (146436)	**20.**	13:00			**31.**	13:00	**14.**	13:00							**20.**	13:00			**4.**	13:00
Krističević, T.; Živčić, K.; Hraski, Ž.																				
Stručno-trenerska praksa u sportskoj gimnastici I. (146440)	**20.**	13:00			**31.**	13:00	**14.**	13:00							**20.**	13:00			**4.**	13:00
Živčić, K.; Krističević, T.; Hraski, Ž.																				
Sportska gimnastika	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
4. semestar, 2. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Metodika u sportskoj gimnastici II (162528)	**20.**	13:00			**31.**	13:00	**14.**	13:00							**20.**	13:00			**4.**	13:00
Živčić, K.; Krističević, T.; Hraski, Ž.																				
Metodika u sportskoj gimnastici III (162529)	**20.**	13:00			**31.**	13:00	**14.**	13:00							**20.**	13:00			**4.**	13:00
Živčić, K.; Krističević, T.; Hraski, Ž.																				
Stručno-trenerska praksa u sportskoj gimnastici II (162530)	**20.**	13:00			**31.**	13:00	**14.**	13:00							**20.**	13:00			**4.**	13:00
Živčić, K.; Krističević, T.; Hraski, Ž.																				
Sportska gimnastika	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
6. semestar, 3. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Kontrola treniranosti u u sportskoj gimnastici (172703)	**20.**	13:00			**31.**	13:00	**14.**	13:00							**20.**	13:00			**4.**	13:00
Živčić, K.; Krističević, T.; Hraski, Ž.																				
Programiranje treninga u u sportskoj gimnastici (172702)	**20.**	13:00			**31.**	13:00	**14.**	13:00							**20.**	13:00			**4.**	13:00
Živčić, K.; Krističević, T.; Hraski, Ž.																				
Stručno-trenerska praksa u sportskoj gimnastici III (172704)	**20.**	13:00			**31.**	13:00	**14.**	13:00							**20.**	13:00			**4.**	13:00
Živčić, K.; Krističević, T.; Hraski, Ž.																				

Tenis

Tenis	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
2. semestar, 1. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Antropološka analiza u tenisu (146443)	16.	18:00	12.	18:00	17.	17:00	6.	11:00	6.	18:00	3.	18:00			6.	11:00			27.8.	13:00
Barbaros, P.															20.	11:00			10.	13:00
Kineziološka analiza tenisa (146442)	16.	18:00	12.	18:00	17.	17:00	6.	11:00	6.	18:00	3.	18:00			6.	11:00			27.8.	13:00
Barbaros, P.															20.	11:00			10.	13:00
Metodika u tenisu I. (146444)	16.	18:00	12.	18:00	17.	17:00	6.	11:00	6.	18:00	3.	18:00			6.	11:00			27.8.	13:00
Barbaros, P.															20.	11:00			10.	13:00
Povijest, pravila i organizacija tenisa (146441)	16.	18:00	12.	18:00	17.	17:00	6.	11:00	6.	18:00	3.	18:00			6.	11:00			27.8.	13:00
Barbaros, P.															20.	11:00			10.	13:00
Stručno-trenerska praksa u tenisu I. (146445)	ne polaže se																			
Barbaros, P.																				
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Povijest, pravila i organizacija tenisa (89492)	16.	18:00	12.	18:00	17.	17:00	6.	11:00	6.	18:00	3.	18:00			6.	11:00			27.8.	13:00
Barbaros, P.															20.	11:00			10.	13:00
Kineziološka analiza tenisa I. (117888)	16.	18:00	12.	18:00	17.	17:00	6.	11:00	6.	18:00	3.	18:00			6.	11:00			27.8.	13:00
Barbaros, P.															20.	11:00			10.	13:00
Antropološka analiza u tenisu (89518)	16.	18:00	12.	18:00	17.	17:00	6.	11:00	6.	18:00	3.	18:00			6.	11:00			27.8.	13:00
Barbaros, P.															20.	11:00			10.	13:00
Metodika kondicijske pripreme u tenisu I. (117896)	16.	18:00	12.	18:00	17.	17:00	6.	11:00	6.	18:00	3.	18:00			6.	11:00			27.8.	13:00
Neljak, B.															20.	11:00			10.	13:00
Metodika tehničke i taktičke pripreme u tenisu I. (117424)	16.	18:00	12.	18:00	17.	17:00	6.	11:00	6.	18:00	3.	18:00			6.	11:00			27.8.	13:00
Barbaros, P.															20.	11:00			10.	13:00
Stručno-trenerska praksa u tenisu I. (123931)	16.	18:00	12.	18:00	17.	17:00	6.	11:00	6.	18:00	3.	18:00			6.	11:00			27.8.	13:00
Neljak, B.															20.	11:00			10.	13:00
4. semestar, 2. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Metodika u tenisu II (162540)	16.	18:00	12.	18:00	17.	17:00	6.	11:00	6.	18:00	3.	18:00			6.	11:00			27.8.	13:00
Barbaros, P.															20.	11:00			10.	13:00
Metodika u tenisu III (162541)	16.	18:00	12.	18:00	17.	17:00	6.	11:00	6.	18:00	3.	18:00			6.	11:00			27.8.	13:00
Barbaros, P.															20.	11:00			10.	13:00
Stručno-trenerska praksa u tenisu II (162542)	16.	18:00	12.	18:00	17.	17:00	6.	11:00	6.	18:00	3.	18:00			6.	11:00			27.8.	13:00
Barbaros, P.															20.	11:00			10.	13:00
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Kineziološka analiza tenisa II. (123830)	16.	18:00	12.	18:00	17.	17:00	6.	11:00	6.	18:00	3.	18:00			6.	11:00			27.8.	13:00
Barbaros, P.															20.	11:00			10.	13:00
Metodika kondicijske pripreme u tenisu II. (123831)	16.	18:00	12.	18:00	17.	17:00	6.	11:00	6.	18:00	3.	18:00			6.	11:00			27.8.	13:00
Neljak, B.															20.	11:00			10.	13:00
Metodika tehničke i taktičke pripreme u tenisu II. (123832)	16.	18:00	12.	18:00	17.	17:00	6.	11:00	6.	18:00	3.	18:00			6.	11:00			27.8.	13:00
Barbaros, P.															20.	11:00			10.	13:00
Programiranje treninga u tenisu I. (123833)	16.	18:00	12.	18:00	17.	17:00	6.	11:00	6.	18:00	3.	18:00			6.	11:00			27.8.	13:00
Neljak, B.															20.	11:00			10.	13:00
Stručno-trenerska praksa u Tenisu II. (123932)	16.	18:00	12.	18:00	17.	17:00	6.	11:00	6.	18:00	3.	18:00			6.	11:00			27.8.	13:00
Barbaros, P.															20.	11:00			10.	13:00
6. semestar, 3. godina	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Kontrola treniranosti u tenisu (172721)	16.	18:00	12.	18:00	17.	17:00	6.	11:00	6.	18:00	3.	18:00			6.	11:00			27.8.	13:00
Barbaros, P.															20.	11:00			10.	13:00
Programiranje treninga u tenisu (172720)	16.	18:00	12.	18:00	17.	17:00	6.	11:00	6.	18:00	3.	18:00			6.	11:00			27.8.	13:00
Barbaros, P.															20.	11:00			10.	13:00
Stručno-trenerska praksa u tenisu III (172722)	16.	18:00	12.	18:00	17.	17:00	6.	11:00	6.	18:00	3.	18:00			6.	11:00			27.8.	13:00
Barbaros, P.															20.	11:00			10.	13:00
Redovni predmeti za generacije upisane prije 2015.-16. (razlika)																				
Kontrola treniranosti u tenisu (123881)	16.	18:00	12.	18:00	17.	17:00	6.	11:00	6.	18:00	3.	18:00			6.	11:00			27.8.	13:00
Barbaros Tudor, P.															20.	11:00			10.	13:00
Metodika tehničke i taktičke pripreme u tenisu III. (123879)	16.	18:00	12.	18:00	17.	17:00	6.	11:00	6.	18:00	3.	18:00			6.	11:00			27.8.	13:00
Barbaros Tudor, P.															20.	11:00			10.	13:00
Programiranje treninga u tenisu II. (123880)	16.	18:00	12.	18:00	17.	17:00	6.	11:00	6.	18:00	3.	18:00			6.	11:00			27.8.	13:00
Barbaros Tudor, P.															20.	11:00			10.	13:00
Stručno-trenerska praksa u Tenisu III. (123933)	16.	18:00	12.	18:00	17.	17:00	6.	11:00	6.	18:00	3.	18:00			6.	11:00			27.8.	13:00
Barbaros Tudor, P.															20.	11:00			10.	13:00

Taekwondo

Taekwondo	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
2. semestar, 1. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Antropološka analiza u taekwondou (163447)	najaviti se putem e-maila sasa.vuk@kif.hr																			
Vuk, S.																				
Kineziološka analiza taekwondoa (163446)	najaviti se putem e-maila sasa.vuk@kif.hr																			
Vuk, S.																				
Metodika u taekwondou I (163448)	najaviti se putem e-maila sasa.vuk@kif.hr																			
Vuk, S.																				
Povijest, pravila i organizacija taekwondoa (163445)	najaviti se putem e-maila sasa.vuk@kif.hr																			
Vuk, S.																				
Stručno-trenerska praksa u taekwondou I (163449)	ne polaže se																			
Vuk, S.																				

Taekwondo	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
4. semestar, 2. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Metodika u taekwondou II (162537)	najaviti se putem e-maila sasa.vuk@kif.hr																			
Vuk, S.																				
Metodika u taekwondou III (162538)	najaviti se putem e-maila sasa.vuk@kif.hr																			
Vuk, S.																				
Stručno-trenerska praksa u taekwondou II (162539)	najaviti se putem e-maila sasa.vuk@kif.hr																			
Vuk, S.																				

Taekwondo	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
6. semestar, 3. godina	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Redovni predmeti za generaciju 2015.-16. i kasnije																				
Kontrola treniranosti u taekwondou (172718)	najaviti se putem e-maila sasa.vuk@kif.hr																			
Vuk, S.																				
Programiranje treninga u taekwondou (172717)	najaviti se putem e-maila sasa.vuk@kif.hr																			
Vuk, S.																				
Stručno-trenerska praksa u taekwondou III (172719)	najaviti se putem e-maila sasa.vuk@kif.hr																			
Vuk, S.																				

RASPORED ISPITNIH ROKOVA za IZBORNE SPORTOVE/IZBORNE PREDMETE u ak. god. 2023./2024.

Izborni PREDMETI	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Audiovizualna sredstva u sportu (150211)																				
Antekolović, L.																				
Biomehanička dijagnostika (89432)			11.	17:00			5.	10:00	4.	17:00	1.	17:00	6.	17:00	10.	10:00	1.	10:00	2.	10:00
Kasović, M.							19.	10:00							24.	10:00				
Kineziološka orijentacija i selekcija (150231)			4.	17:00	29.	9:00	12.	9:00			15.	17:00	13.	17:00	10.	9:00			2.	9:00
Sporiš, G.; Vučetić, V.															24.	9:00			16.	9:00
Kineziterapija (89433)	9.	17.00	14.	17.00			1.	10.00			4.	17.00			12	10.00	4.	10.00	29.8.	10.00
Petrinović, L., Trošt Bobić, T.							15.	10.00							25.	10.00	11.	10.00	12.	10.00
Komunikologija u sportu (89434)			13.	18:00			6.	11:00			3.	18:00			12.	11:00	3.	11:00	27.8.	11:00
Bartoluci, S.							20.	11:00											10.	11:00
Kultura javnog govorenja (123602)-unijeti u ISVU kao usmeni	15.	14.30	13.	14.30	17.	14.30	7.	14.30	20.	14.30	17.	14.30	15.	16.30	11.	14.30			4.	14.30.
Tomić, D.							21.	14.30							26.	14.30			11.	14.30.
Notacijska analiza (150233)			6.	16:30			7.	13:00	13.	16:30	10.	16:30	15.	16:30	5.	13.00			28.8.	13.00
Sporiš, G.							21.	13:00							19.	13.00			11.	13.00
Prehrana sportaša (150234)			4.	16:30			12.	10.00			15.	16:30			10.	10:00			3.	10:00
Šatalić, Z.																				
Prevencija ozljeda sportaša (89438)	7.	14.00	5.	14.00			8.	14.00			10.	14.00			5.	14.00	3.	14.00	28.8.	14.00
Janković, S., Trošt Bobić, T.							21.	14.00											11.	14.00
Sportaš s alergijom i astmom (150237)																				
Stipić Marković, A.																				
Sport i pravo (172740)																				
Petrović, S.; Baić, M; Gliha, I.																				
Sport osoba s invaliditetom (89440)	10.	17.00	15.	17.00			2.	10.00			5.	17.00			13.	10.00	5.	10.00	6.	10.00
Petrinović, L., Trošt Bobić, T.							16.	10.00							26.	10.00	12.	10.00	13.	10.00
Sportsko-rekreacijski programi u prirodi (150238)			12.	17:00	30.	10:00	13.	10:00			16.	17:00			18.	10:00	2.	10:00	2.	10:00
Trkulja-Petković, D.																			16.	10:00
Sport u europskim državama (150236)	13.	17:00	5.	17:00	2.	17:00	6.	09:30	5.	17:00	2.	17:00	7.	17:00	11.	09:30	2.	17:00	27.8.	09:30
Čustonja, Z.; Škegro, D.; Milanović, D.							20.	09:30											10.	09:30
Wellness (117524)			7.	17:00	31.	9:00	14.	9:00	14.	17:00					11.	9:00	4.	9:00	29.8.	9:00
Jurakić, D.																			9.	9:00
Život u prirodi i vještina preživljavanja (150239)	6.	9:00	5.	9:00	9.	9:00	6.	9:00	5.	9:00	2.	9:00	7.	9:00	4.	9:00	2.	9:00	3.	9:00
Harasin, D.																				

NAPOMENE:	
Kineziterapija	**STUDENTI KOJI NE POLAŽU PREKO ISVU SUSTAVA NEGO PREKO PRIJAVNICA izlazak na ispit trebaju obavezno prijaviti putem ovog linka**
Sport osoba s invaliditetom	**STUDENTI KOJI NE POLAŽU PREKO ISVU SUSTAVA NEGO PREKO PRIJAVNICA izlazak na ispit trebaju obavezno prijaviti putem ovog linka.**
Prevencija ozljeda sportaša	**Oni studenti koji ne prijavljuju ispit preko ISVU-a, dužni su ga prijaviti putem ovog linka**
Prehrana sportaša	**Oni studenti koji ne prijavljuju ispit preko ISVU-a, dužnu su ga prijaviti putem ovog linka**
Kultura javnog govorenja	**Mole se studenti da se tjedan dana prije ispita najave nastavniku putem maila (dtomic@ffzg.hr). Ispit je usmeni.**

Izborni SPORTOVI	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
Aerobika (89443)	14.	16:15			16.	11:00	6.	11:00			9.	16:15			3.	11:00			27.8.	11:00
Furjan-Mandić, G.															19.	11:00			10.	11:00
Akrobatika (117522)			4.	16:30	24.	17:00	5.	9:00			17.	17:00			11.	9:00	4.	11:00	27.8.	11:00
Hraski, Ž.							16.	9:00											12.	11:00
Atletika (89445)			5.		9.						2.				11.				27.8.	
Babić, V., Baković M.					30.															
Badminton (89446)	10.	17:00	15.	17:00			2.	10.00			5.	17:00			11.	10.00	5.	10.00	9.	10.00
Petrinović, L.							16.	10.00							18.	10.00	12.	10.00	13.	10.00
Borilački sportovi (89447)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Elementarne igre (89448)			13.	17:00	17.	17:00	7.	13:00			10.	17:00	8.	17:00	12. 26.	13:00			4. 18.	13:00
Horvatin, M.																				
Hrvanje klasičnim načinom (150240)	14.	16:30	7.	16:30	16.	16:30	6.	09:00	5.	16:30					10.	09:00	3.	09:30	29.8.	09:30
Baić, M.																			12.	9:30
Igre u vodi (117517)	14.	13:00					5.	11:00	5.	13:00	5.	13:00	9.	13:00	10.	11:00			2.	11:00
Zoretić, D.							19.	11:00	19.						24.	11:00			23.	11:00
Jedrenje u malim klasama (150242)	15.	18:30			10.	18:30	7.	15:00	6.	18:30	3.	18:30	8.	18:30	19.	15:00			4.	15:00
Prlenda, N.																				
Košarka (89449)			6.	16:30			7.	10:00			3.	16:30	8.	16:30	5.	10:00			28.8.	10:00
Knjaz, D.							21.	10:00												
Nogomet (89450)	21.	17:00					29.1.	9.00					21.	17:00	11.	9.00			27.8.	9.00
Barišić, V.							13.	9.00							25.	9.00			10.	9.00
Odbojka (89451)	9.	16.30	7.	16.30			8.	08:00			3.	16:30	8.	16:30	12.	08:00			28.8.	08:00
Rešetar, T.							22.	8:00							26.	8:00			17.	8:00
Ples (89453)			11.	17:00	8.	17.00	5.	9:00			15.	17.00			17.	9.00	1.	9:00	2.	9:00
Vašić, J.							19.	9:00											16.	9:00
Plivanje (89454)	14.	13:00					5.	11:00	5.	13:00	5.	13:00	9.	13:00	10.	11:00			2.	11:00
Zoretić, D.							19.	11:00	19.	13:00					24.	11:00			23.	11:00
Rukomet (89455)	7.	17.00	5.	17.00	31.	17.00	14.	17.00	20.	17.00	18.	17.00	16.	17.00	12.	17.00			4.	17.00
Ohnjec, K., Gruić, I.															25.	17.00			18.	17:00
Samoobrana (89456)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Skijanje (89457)	21.	16:30	5.	16:30									7.	16:30	11.	12:00	4.	12:00	27.8.	12:00
Matković, B.																			10.	12:00
Skijaško trčanje (150243)	21.	16:30	5.	16:30									7.	16:30	11.	12:00	4.	12:00	27.8.	12:00
Matković, B.																			10.	12:00
Streljaštvo (89459)	14.	17.00	12.	17.00	9.	17.00	8.	9.00	6.	17.00	9.	17.00	7.	17.00	10.	9:30			12.	9:30
Sertić, H.							22.	9:00							24.	9:30				
Tenis (89460)	16.	18:00	12.	18:00	17.	17:00	6.	11:00	6.	18:00	3.	18:00			6.	11:00			27.8.	13:00
Barbaros P.															20.	11:00			10.	13:00
Triatlon (150244)			11.	17:00			5.	10:00	4.	17:00			6.	17:00	10.	10:00	1.	10:00	2.	10:00
Kasović, M.							19.	10:00							24.	10:00				
Vaterpolo (89461)	21.	13:00	5.	13:00	30.	11:00	13.	11:00			23.	14:00			11.	11:00	1.	11:00	5.	11:00
Leko, G.															20.	11:00	10.	11:00	18.	11:00

Klasa: 602-03/24-01/003
Ur.broj: 251-75-01-24-01

DEKAN

prof. dr. sc. Mario Baić