

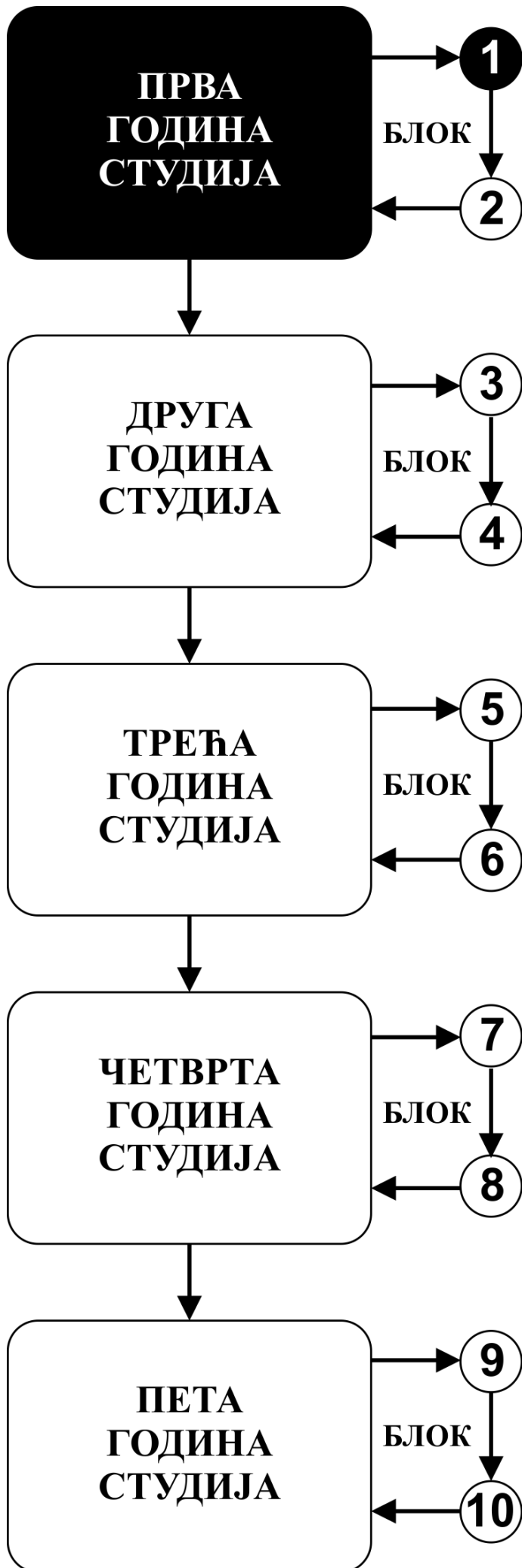


**ИНТЕГРИСАНЕ АКАДЕМСКЕ
СТУДИЈЕ СТОМАТОЛОГИЈЕ**

ПРВА ГОДИНА СТУДИЈА

школска 2019/2020.

ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ



Предмет:

ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ

Предмет има 2 часа теоретске и 13 часова практичне наставе и обавезан је за све студенте прве године студија.

НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ:

РБ	Име и презиме	Email адреса	Звање
1.	Милош Глишић	miloskg92@gmail.com	Сарадник у настави

СТРУКТУРА ПРЕДМЕТА:

Модул	Назив модула	Недеља	Наставник-руководилац модула
1	Вежбање и здравље	1	
2	Изборна област физичке културе	14	

ОЦЕЊИВАЊЕ:

Студенти не добијају оцену, већ потпис, без ког не могу оверити семестар. За добијање потписа потребно је да студенти похађају више од 2/3 часова (>10 часова).

РАСПОРЕД ПРАКТИЧНЕ НАСТАВЕ

**ЗЕЛЕНА САЛА (С45)
19.09.2019.
ЧЕТВРТАК
11:15 - 12:45**

РАСПОРЕД ВЕЖБИ

Дан	Време	Место	Групе
Четвртак	14.15-15.00	СЦ ПАРК: Теретана	Све групе
Четвртак	15.15-16.00	СЦ ПАРК: Спортска сала	Изборна активност

Додатне активности

Термин	Време	Место	Активност
Субота 21.09.2019.	10.00-11.30	Шумарице	Пешачење
Недеља 06.10.2019.	11.00-12.00	Центар града	Трка задовољства
Почетак октобра*	*	Шумарице	Октобарска трка сећања
Почетак децембра*	*	Друга гимназија	Спортски дан ФМН

*Тачан датум и време биће накнадно објављени

#Термини тренинга спортских секција објављени су на огласној табли предмета

ПРОГРАМ

ПРВИ МОДУЛ: Вежбање и здравље

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 1 (ПРВА НЕДЕЉА):

УПОЗНАВАЊЕ СА ПЛАНОМ И ПРОГРАМОМ НАСТАВЕ

практична настава 1 час

Упознавање са планом и програмом рада на настави Физичког васпитања.

Приказ активности ФСД Медицинар и упознавање са могућностима укључивања у спортске секције.

ВЕЖБАЊЕ И ЗДРАВЉЕ – ПРИКАЗ ЕПИДЕМИОЛОШКИХ СТУДИЈА

практична настава 1 час

Утицај физичке активности на здравље човека (приказ резултата епидемиолошких студија).

Утицај вежбања на поједине органске системе.

ДРУГИ МОДУЛ: Изборна област физичке културе

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 2 - 15 (ПРВА - ПЕТНАЕСТА НЕДЕЉА):

ИЗБОРНА ОБЛАСТ ФИЗИЧКЕ КУЛТУРЕ

вежбе 13 часова

ИЗБОРНЕ ОБЛАСТИ:

1) Физичка припрема	6) Одбојка	11) Стони тенис
2) Групни фитнес програми	7) Рукомет	12) Тенис
3) Пливање	8) Футсал	13) Атлетика
4) Фолклор и плес	9) Кошарка	14) Шах
5) Корективна гимнастика	10) Стрелаштво	15) Остали облици наставе

У оквиру области „Физичка припрема“ студенти ће се упознати са методама и средствима развоја основних физичких способности човека (снага, брзина, издржљивост, покретљивост, координација).

У оквиру области „Групни фитнес програми“ студенти ће се упознати са 3 облика групног вежбања: класични аеробик, кик аеробик и пилатес.

У оквиру области „Пливање“ непливачи ће савладати краул стил пливања, док ће пливачи имати могућност да усавршавају сва 4 стила (краул, леђно, делфин, прсно).

У оквиру области „Фолклор“ студенти ће научити основне кораке игара из различитих делова Србије, а у оквиру „Плеса“ са класичним и латино-америчким плесовима.

Појединцима са постуралним деформитетима биће омогућена одговарајућа кинезитерапија (корективна гимнастика).

Остале изборне области подразумевају усавршавање техничко-тактичких елемената одабраног спорта и наступ за факултетске спортске секције на међуфакултетским такмичењима.

У оквиру осталих облика наставе биће организоване следеће активности: Активности у природи, Бруцошијада, Игре без граница, као и различита спортска такмичења.