

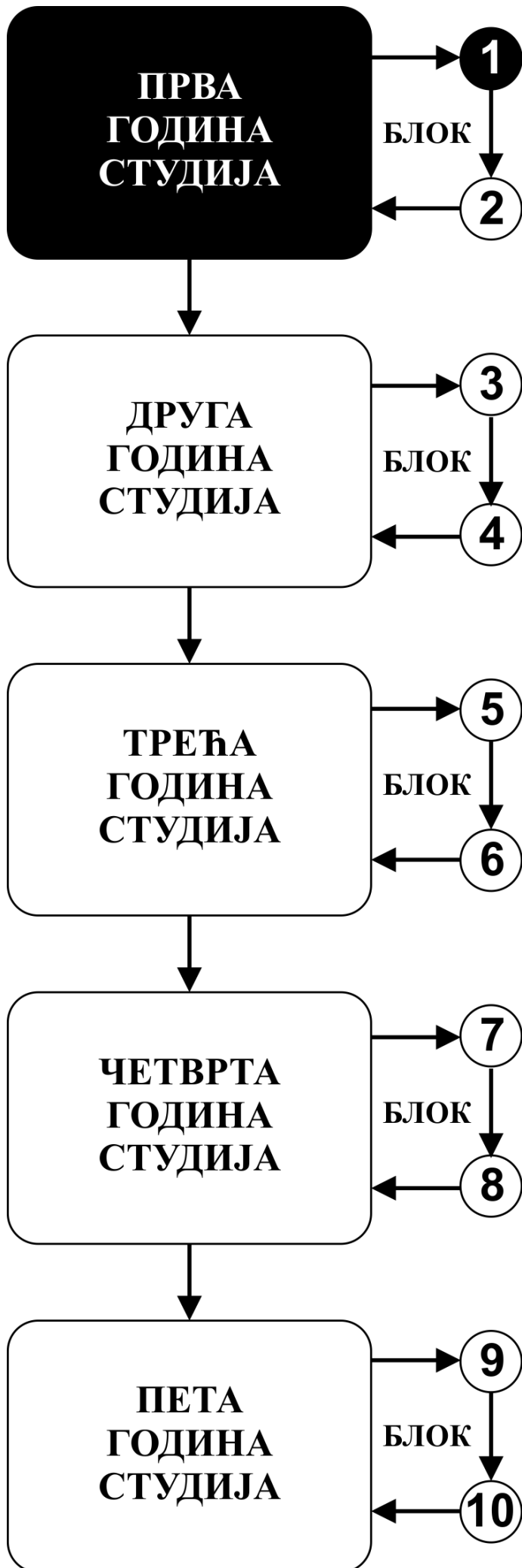


**ИНТЕГРИСАНЕ АКАДЕМСКЕ
СТУДИЈЕ СТОМАТОЛОГИЈЕ**

ПРВА ГОДИНА СТУДИЈА

школска 2018/2019.

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. | Душица Ђорђевић | dusicadjordjevicg@gmail.com | Ванредни професор |

СТРУКТУРА ПРЕДМЕТА:

| Модул | Назив модула | Недеља | Наставник-руководилац модула |
|-------|--------------------------------|--------|------------------------------|
| 1 | Вежбање и здравље | 1 | Проф. др Душица Ђорђевић |
| 2 | Изборна област физичке културе | 14 | Проф. др Душица Ђорђевић |

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 ПРЕДАВАЊА

**ЗЕЛЕНА САЛА (С45)
13.09.2018.
ЧЕТВРТАК
11:15 - 12:45**

РАСПОРЕД ВЕЖБИ

РАСПОРЕД ВЕЖБИ

I недеља наставе

| Дан | Време | Место |
|--------|-------------|----------|
| Субота | 10.00-11.30 | Шумарице |

II, IV, VI, VIII, X, XII, XIV недеља наставе

| Дан | Време | Место |
|----------|-------------|---------------------------|
| Четвртак | 12.00-12.45 | СЦ ПАРК: Спортска сала |

III, V, VII, IX, XI, XIII, XV недеља наставе

| Дан | Време | Место |
|----------|-------------|----------------------------|
| Четвртак | 13.00-13.45 | СЦ ПАРК: Тренинг центар |

ПРОГРАМ

ПРВИ МОДУЛ: Вежбање и здравље

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 1 (ПРВА НЕДЕЉА):

УПОЗНАВАЊЕ СА ПЛАНОМ И ПРОГРАМОМ НАСТАВЕ

предавање 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

предавање 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) Стрељаштво | 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.