**Izvedbeni plan nastave (*syllabus***[[1]](#footnote-1)**)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Sastavnica** | Odjel za izobrazbu učitelja i odgojitelja | **akad. god.** | 2023./2024. |
| **Naziv kolegija** | **Kineziološka kultura 3** | **ECTS** | **1** |
| **Naziv studija** | Integrirani preddiplomski i diplomski sveučilišni studij |
| **Razina studija** | ☐ preddiplomski  | ☒ diplomski | ☐ integrirani | ☐ poslijediplomski |
| **Godina studija** | ☐ 1. | ☒ 2. | ☐ 3. | ☐ 4. | ☐ 5. |
| **Semestar** | ☒ zimski☐ ljetni | ☐ I. | ☐ II. | ☒ III. | ☐ IV. | ☐ V. | ☐ VI. |
| **Status kolegija** | ☒ obvezni kolegij | ☐ izborni kolegij | ☐ izborni kolegij koji se nudi studentima drugih odjela | **Nastavničke kompetencije** | ☐ DA☐ NE |
| **Opterećenje**  | 0 | **P** | 0 | **S** | 30 | **V** | **Mrežne stranice kolegija** | ☒ DA ☐ NE |
| **Mjesto i vrijeme izvođenja nastave** | S.C. Višnjik | **Jezik/jezici na kojima se izvodi kolegij** | Hrvatski |
| **Početak nastave** | 3.10.2023. | **Završetak nastave** | 26.01.2024. |
| **Preduvjeti za upis** | Nema uvjeta za upis |
|  |
| **Nositelj kolegija** | Doc.dr.sc. Donata Vidaković Samaržija |
| **E-mail** | dovidak@unizd.hr | **Konzultacije** | Ponedjeljak 10:00-11:00Srijeda 10:00-11:00 |
| **Izvođač kolegija** | Marta Vladanović, mag.cin. |
| **E-mail** | malta.marta4@yahoo.com | **Konzultacije** | Srijeda 12:00-13:00 |
| **Suradnici na kolegiju** |  |
| **E-mail** |  | **Konzultacije** |  |
| **Suradnici na kolegiju** |  |
| **E-mail** |  | **Konzultacije** |  |
|  |
| **Vrste izvođenja nastave** | ☐ predavanja | ☐ seminari i radionice | ☒ vježbe | ☐ obrazovanje na daljinu | ☐ terenska nastava |
| ☐ samostalni zadaci | ☐ multimedija i mreža | ☐ laboratorij | ☐ mentorski rad | ☐ ostalo |
| **Ishodi učenja kolegija** | * Nakon položenog ispita iz ovoga kolegija studenti će biti sposobni:
* odabrati i opisati prirodne oblike kretanja koji pozitivno utječu na razvoj i unapređenje motoričkih i funkcionalnih sposobnosti djece
* klasificirati primjerene metodičke postupke za učenje prirodnih oblika kretanja
* prilagoditi kineziološke operatore dobi, motoričkim i funkcionalnim sposobnostima
* kreirati i prezentirati različite organizacijske oblike rada
* planirati kineziološke aktivnosti s ciljem pozitivnog utjecaja na morfološki, motorički i funkcionalni status
* identificirati pozitivne učinke tjelesne aktivnosti na zdravlje pojedinca
* procijeniti stupanj usvojenosti motoričkih znanja
 |
| **Ishodi učenja na razini programa** | Nakon završenog studija studenti će:* opisati i pokazati kineziološke operatore u svrhu unaprjeđenja motoričke, funkcionalne i kognitivne sposobnosti učenika
* primijeniti različite metode poučavanja ovisno o mogućnostima i razvojnoj dimenziji djeteta
* prepoznati specifične potrebe učenika koji su uvjetovani njihovom različitošću i posebnostima na individualnoj razini.
* provoditi istraživanja u funkciji unaprjeđenja struke, uvažavajući Etički kodeks istraživanja s djecom.
 |
|  |
| **Načini praćenja studenata** | ☒ pohađanje nastave | ☐ priprema za nastavu | ☒ domaće zadaće | ☐ kontinuirana evaluacija | ☐ istraživanje |
| ☐ praktični rad | ☐ eksperimentalni rad | ☐ izlaganje | ☐ projekt | ☐ seminar |
| ☐ kolokvij(i) | ☐ pismeni ispit | ☐ usmeni ispit | ☐ ostalo: |
| **Uvjeti pristupanja ispitu** | Nema ispita iz ovog kolegija |
| **Ispitni rokovi** | ☐ zimski ispitni rok  | ☐ ljetni ispitni rok | ☐ jesenski ispitni rok |
| **Termini ispitnih rokova** |  |  |  |
| **Opis kolegija** | Sadržaj kolegija čine primjereni metodički postupci za učenje prirodnih oblika kretanja (hodanja, trčanja, skakanja, kolutanja, penjanja i puzanja). Budući su navedeni prirodni oblici kretanja sastavni dio atletskih i nekih drugih sportskih disciplina, studenti će primjenom odgovarajućih vježbi steći osnovna znanja o poučavanju i kontroli izvedbe pojedinih elemenata. Kroz kolegij studenti također usvajaju i primjerene metodičke postupke za učenje ritmičkih struktura, te steći osnovna znanja o njihovom utjecaju na razvoj i unapređenje motoričkih sposobnosti. |
| **Sadržaj kolegija (nastavne teme)** | 1. Hodanja i trčanja: Tehnika hodanja i trčanja: usklađivanje disanja, rada nogu i ruku. Vježbe i elementarne igre za učenje tehnike hodanja i trčanja (2)
2. Hodanja i trčanja: Cikličko trčanje do 6 minuta (praćenje intenziteta treninga mjerenjem frekvencije srca); trčanje preko prepreka i trčanje s promjenom smjera kretanja (2)
3. Skakanja: Sunožni i jednonožni poskoci po označenim prostorima. Različite tehnike preskakanja vijače u mjestu i kretanju (2)
4. Skakanja: Skakanje preko prepreka; Nagazni skok na povišenja i različiti saskoci (2)
5. Skakanja: Skok u dalj. Metodički postupci učenja skoka u dalj (2)
6. Skakanja: Skok u vis. Metodički postupci učenja skoka u vis (2)
7. Bacanja i hvatanja: Različite tehnike bacanja i gađanja s loptama i medicinkama (2)
8. Kolutanja: Metodički postupci učenja koluta naprijed i koluta natrag (2)
9. Penjanja i puzanja: Penjanje i provlačenje na različite načine. Prelaženje različitih poligona prepreka (2)
10. Upiranja: Različiti položaji visova i hvatova. Različiti položaji upora (2)
11. Upiranja: Metodika poučavanja premeta strance (2)
12. Ritmičke strukture: Osnovni oblici kretanja uz glazbu različitog ritma i tempa (2)
13. Ritmičke strukture: Ritmično povezivanje jednonožnih i sunožnih skokova (2)
14. Ritmičke strukture: Kretanje parova uz glazbu u različitim smjerovima sučelice, postrance, otvoreno, zatvoreno, okretom i sl. Dječji poskoci (2)
15. Ritmičke strukture: Aerobic prilagođen dječjem uzrastu (2)
 |
| **Obvezna literatura** | Živčić Marković K. i Breslauer N. (2011). Opisi nastavnih tema i kriteriji vrednovanja-tjelesna i zdravstvena kultura u razrednoj nastavi- Lip Print, ZagrebŠnajder, V. (1997). Na mjesta pozor...hodanje i trčanje u tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi. Fakultet za fizičku kulturu, ZagrebAntekolović, Lj. i Baković, M. (2008). Skok u dalj, Miš, Zagreb.Neljak B., Milić M., Božinović Mađor S. i S. Delaš Kalinski (2008). Vježbajmo zajedno 1,2, 3 i 4, Profil, Zagreb |
| **Dodatna literatura**  | Findak, V. i Stella, I. (1985). Izvannastavne i izvanškolske aktivnosti u tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi, Školske knjiga, Zagreb. Findak,V (1992) . Metodika nastave tjelesne i zdravstvene kulture- priručnik za učitelje razredne nastave, Zagreb, Školska knjigaPejčić, A. i Berlot, S.(1996).Sadržaji tjelesne i zdravstvene kulture za prva četiri razreda osnovne škole. (priručnik za učitelje).Koritnik, M. (1978). 2000 igara, Savez društava „Naša djeca“, Zagreb.Zbornici radova ljetne škole kineziologaZbornici radova kondicijska priprema sportaša |
| **Mrežni izvori**  |  |
| **Provjera ishoda učenja (prema uputama AZVO)** | Samo završni ispit |  |
| ☐ završnipismeni ispit | ☐ završniusmeni ispit | ☐ pismeni i usmeni završni ispit | ☐ praktični rad i završni ispit |
| ☒ samo kolokvij/zadaće | ☐ kolokvij / zadaća i završni ispit | ☐ seminarskirad | ☐ seminarskirad i završni ispit | ☒ praktični rad | ☐ drugi oblici |
| **Način formiranja završne ocjene (%)** | Nema ocjene |
| **Ocjenjivanje kolokvija i završnog ispita (%)** | /postotak/ | % nedovoljan (1) |
|  | % dovoljan (2) |
|  | % dobar (3) |
|  | % vrlo dobar (4) |
|  | % izvrstan (5) |
| **Način praćenja kvalitete** | ☒ studentska evaluacija nastave na razini Sveučilišta ☐ studentska evaluacija nastave na razini sastavnice☐ interna evaluacija nastave ☒ tematske sjednice stručnih vijeća sastavnica o kvaliteti nastave i rezultatima studentske ankete☐ ostalo |
| **Napomena /****Ostalo** | Sukladno čl. 6. *Etičkog kodeksa* Odbora za etiku u znanosti i visokom obrazovanju, „od studenta se očekuje da pošteno i etično ispunjava svoje obveze, da mu je temeljni cilj akademska izvrsnost, da se ponaša civilizirano, s poštovanjem i bez predrasuda“. Prema čl. 14. *Etičkog kodeksa* Sveučilišta u Zadru, od studenata se očekuje „odgovorno i savjesno ispunjavanje obveza. […] Dužnost je studenata/studentica čuvati ugled i dostojanstvo svih članova/članica sveučilišne zajednice i Sveučilišta u Zadru u cjelini, promovirati moralne i akademske vrijednosti i načela. […] Etički je nedopušten svaki čin koji predstavlja povrjedu akademskog poštenja. To uključuje, ali se ne ograničava samo na: - razne oblike prijevare kao što su uporaba ili posjedovanje knjiga, bilježaka, podataka, elektroničkih naprava ili drugih pomagala za vrijeme ispita, osim u slučajevima kada je to izrijekom dopušteno; - razne oblike krivotvorenja kao što su uporaba ili posjedovanje neautorizirana materijala tijekom ispita; lažno predstavljanje i nazočnost ispitima u ime drugih studenata; lažiranje dokumenata u vezi sa studijima; falsificiranje potpisa i ocjena; krivotvorenje rezultata ispita“.Svi oblici neetičnog ponašanja rezultirat će negativnom ocjenom u kolegiju bez mogućnosti nadoknade ili popravka. U slučaju težih povreda primjenjuje se [*Pravilnik o stegovnoj odgovornosti studenata/studentica Sveučilišta u Zadru*](http://www.unizd.hr/Portals/0/doc/doc_pdf_dokumenti/pravilnici/pravilnik_o_stegovnoj_odgovornosti_studenata_20150917.pdf).U elektronskoj komunikaciji bit će odgovarano samo na poruke koje dolaze s poznatih adresa s imenom i prezimenom, te koje su napisane hrvatskim standardom i primjerenim akademskim stilom.U kolegiju se koristi Merlin, sustav za e-učenje, pa su studentima/cama potrebni AAI računi. */izbrisati po potrebi/* |

1. Riječi i pojmovni sklopovi u ovom obrascu koji imaju rodno značenje odnose se na jednak način na muški i ženski rod. [↑](#footnote-ref-1)