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

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Sastavnica** | Odjel za izobrazbu učitelja i odgojitelja | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **akad. god.** | | | | | 2023./2024. | | | |
| **Naziv kolegija** | Osnove kineziologije | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **ECTS** | | | | | **3** | | | |
| **Naziv studija** | [Integrirani preddiplomski i diplomski učiteljski studij](https://iuo.unizd.hr/Portals/50/Ucitelj_%20prog_%20korekcije%20zadnje%20%282%29%2010_11_.docx) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **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** | 30 | **P** | 15 | | **S** | | | | 0 | | **V** | | **Mrežne stranice kolegija** | | | | | | | | | | | | | | | ☒ DA ☐ NE | | | | | |
| **Mjesto i vrijeme izvođenja nastave** | Novi kampus- učionica 105 | | | | | | | | | | | | **Jezik/jezici na kojima se izvodi kolegij** | | | | | | | | | | Hrvatski | | | | | | | | | | |
| **Početak nastave** | 03.10.2023. | | | | | | | | | | | | **Završetak nastave** | | | | | | | | | | 26.01.2024. | | | | | | | | | | |
| **Preduvjeti za upis** | Ne | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Nositelj kolegija** | Doc.dr.sc. Donata Vidaković Samaržija | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **E-mail** | dovidak@unizd.hr | | | | | | | | | | | | | | | | | | **Konzultacije** | | | | | | Utorak 9:00-11:00 | | | | | | | | |
| **Izvođač kolegija** | Doc.dr.sc. Donata Vidaković Samaržija | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **E-mail** | dovidak@unizd.hr | | | | | | | | | | | | | | | | | | **Konzultacije** | | | | | | Utorak 9:00-11:00 | | | | | | | | |
| **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:   * objasniti i opisati osnovna teorijsko-praktična znanja iz osnova kineziologije * prepoznati zakonitosti upravljanja procesom tjelesnog vježbanja i djelovanje tog procesa na antropološka obilježja * povezati i primijeniti usvojene informacije o motoričkim znanjima i motoričkim sposobnostima * planirati kineziološke aktivnosti s ciljem pozitivnog utjecaja na morfološki, motorički i funkcionalni status * razviti sposobnost uočavanja problema u motoričkoj izvedbi i vještinu percepcije pojedinih motoričkih kretnji * usvojiti i razumjeti informacije o strukturama bazičnih motoričkih znanja te sadržaja osnovnih skupina kinezioloških aktivnosti primjernih dobi i karakteristikama učenika   identificirati pozitivne učinke tjelesne aktivnosti na zdravlje pojedinca | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Ishodi učenja na razini programa** | | | | | | | | Nakon završenog studija studenti će:   * opisati i pokazati kineziološke operatore u svrhu unaprjeđenja morfološke, motoričke i funkcionalne 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** | Redovito sudjelovanje na nastavi, izlaganje vlastitog seminarskog rada | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Ispitni rokovi** | ☒ zimski ispitni rok | | | | | | | | | | | | | | ☐ ljetni ispitni rok | | | | | | | | | | | | ☒ jesenski ispitni rok | | | | | | |
| **Termini ispitnih rokova** |  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | |  | | | | | | |
| **Opis kolegija** | Kolegij obuhvaća osnovna teorijsko-praktična znanja iz osnova kineziologije o utjecaju kinezioloških aktivnosti na antropološka obilježja učenika. U sklopu kolegija studenti će se upoznati sa osnovnim pojmovima iz područja kineziologije, strukturom kineziologije, općim zakonitostima upravljanja procesom vježbanja, kao i posljedicama djelovanja tih procesa na ljudski organizam. Studenti će steći osnovna znanja o planiranju i programiranju odgovarajućih programa vježbanja s ciljem utjecaja na transformaciju antropoloških obilježja, motoričkih znanja i stanja zdravlja | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Sadržaj kolegija (nastavne teme)** | 1. Uvodno predavanje. Pojam i definicija kineziologije 2. Struktura kineziologije i kinezioloških aktivnosti 3. Predmet i metode istraživanja u kineziologiji 4. Antropološka obilježja učenika primarnog obrazovanja (morfološka obilježja i motoričke sposobnosti) 5. Antropološka obilježja učenika primarnog obrazovanja (funkcionalne sposobnosti, kognitivne sposobnosti, konativne sposobnosti i socijalni status) 6. Utjecaj kinezioloških podražaja na zdravlje 7. Motorička znanja 8. Motoričko učenje 9. Osnove procesa tjelesnog vježbanja 10. Organizacija procesa tjelesnog vježbanja 11. Određivanje plana i slijed postupaka planiranja 12. Određivanje programa i slijed postupaka programiranja 13. Određivanje ukupne količine opterećenja tjelesnim vježbanjem 14. Određivanje načina praćenja, provjeravanja i vrednovanja učinkovitosti provedenog modela tjelesnog vježbanja 15. Metodologija istraživanja u kineziologiji   Teme seminarskih radnji:   1. Trendovi razvoja morfoloških obilježja djece u Hrvatskoj i svijetu 2. Testovi za procjenu morfoloških obilježja djece 3. Testovi za procjenu motoričkih sposobnosti djece 4. Kineziološki operatori za razvoj ravnoteže 5. Kineziološki operatori za razvoj koordinacije u košarci 6. Kineziološki operatori za razvoj preciznosti u nogometu 7. Utjecaj tjelesne aktivnosti na razvoj funkcionalnih sposobnosti 8. Tjelesni fitnes i zdravlje 9. Prevalencija pretilosti u Hrvatskoj i svijetu 10. Povezanost tjelesne aktivnosti i pretilosti 11. Motoričko učenje vođenja lopte rukom u košarci 12. Motoričko učenje složenih kinezioloških sadržaja u nizu 13. Specifična motorička znanja u monostrukturalnim acikličkim aktivnostima 14. Specifična motorička znanja u polistrukturalnim acikličkim aktivnostima 15. Spolne razlike u kinantropološkim obilježjima učenika | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Obvezna literatura** | Prskalo I. (2004). Osnove kineziologije: udžbenik za studente učiteljskih fakulteta. Glasila doo. Petrinja  Petrić V. (2021). Osnove kineziološke edukacije. Rijeka. Sveučilište u Rijeci,Učiteljski fakultet.  Prskalo I., Sporiš G. (2016). Kineziologija. Školska knjiga d.d. Zagreb  Mišigoj-Duraković, M. (2008). Kinantropologija – biološki aspekti tjelesnog vježbanja. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu  Kosinac Z. (2011). Morfološko-motorički i funkcionalni razvoj djece uzrasne dobi od 5. do 11. Godine, Split : [Savez školskih športskih društava grada Splita](https://katalog.kgz.hr/pagesResults/rezultati.aspx?&searchById=30&spid0=1&spv0=&fid0=4&fv0=Savez+%c5%a1kolskih+%c5%a1portskih+dru%c5%a1tava+grada+Splita) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Dodatna literatura** | Jurko D., Čular D., Badrić M., Sporiš G. (2015). Osnove kineziologije. Sportska knjiga, Zagreb  Neljak, B., Novak, D., Sporiš, G., Višković, S., Markuš, D. (2011). CROFIT norme : metodologija vrjednovanja kinantroploloških [i. e. kinantropoloških] obilježja učenika u tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi, Zagreb : [Kineziološki fakultet](https://katalog.kgz.hr/pagesresults/rezultati.aspx?&searchById=30&spid0=1&spv0=&fid0=4&fv0=Kineziolo%c5%a1ki+fakultet) ,  Findak, V., Metikoš, D., Mraković, M, Neljak, B. (1996). Primjenjena kineziologija u školstvu-NORME. Zagreb: Hrvatski pedagoško-književni zbor, Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Mrežni izvori** | * Vidaković Samaržija, D. i Mišigoj-Duraković, M. (2017). [Urban-rural differences in indicators of nutritional status and body composition for ten year old children](http://bib.irb.hr/prikazi-rad?&rad=886618). Acta Kinesiologica, 11 (1), 39-44. * Kamenjaš, A. i Vidaković Samaržija, D. (2016). [Prevalencija i povezanost razine tjelesne aktivnosti i kardiorespiratornog fitnesa kod djece rane školske dobi](http://bib.irb.hr/prikazi-rad?&rad=886974). Magistra Iadertina, 11 (1), * Vidaković Samaržija, D., Pavelić Karamatić, L. i Samaržija, D. (2011). [Utjecaj morfoloških karakteristika na motoričke i funkcionalne sposobnosti učenica](http://bib.irb.hr/prikazi-rad?&rad=886881). U Findak, V. (ur.), Zbornik radova 20. Ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske, „Dijagnostika u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije, Poreč 21. do 25. lipnja 2011. (str. 263-269). Zagreb : Hrvatski kineziološki savez. * Vidaković Samaržija D. (2020). Urban-rural differences of female students in indicators of nutritional staus and body composition, level of physical activity and individual sedentary activities as factors that define obesity. 17 th Annual Scientific Conference of Montenegrin Sports Academy „Sport, Physical Activity and Health: Contemporary Perspectives, April 2 to 5 2020. Cavtat. MSA | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Provjera ishoda učenja (prema uputama AZVO)** | Samo završni ispit | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | |
| ☐ završni  pismeni ispit | | | | | | | | | | ☐ završni  usmeni ispit | | | | | | | | | ☒ pismeni i usmeni završni ispit | | | | | | | | | ☐ praktični rad i završni ispit | | | | |
| ☐ samo kolokvij/zadaće | | | | | ☐ kolokvij / zadaća i završni ispit | | | | | | | | ☒ seminarski  rad | | | | | | ☐ seminarski  rad i završni ispit | | | | ☐ praktični rad | | | | | | | | ☐ drugi oblici | |
| **Način formiranja završne ocjene (%)** | 20% seminarski rad; 80% pismeni i usmeni završni ispit | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Ocjenjivanje kolokvija i završnog ispita (%)** | 0-49 | | | | | | % nedovoljan (1) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 50-69 | | | | | | % dovoljan (2) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 70-79 | | | | | | % dobar (3) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 80-89 | | | | | | % vrlo dobar (4) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 90-100 | | | | | | % 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)