



# Izvedbeni plan

|                 |             |                |        |
|-----------------|-------------|----------------|--------|
| Studijski odjel | Povijesti   | Godina studija | 2.     |
| Akadska godina  | 2012./2013. | Semestar       | Ljetni |

## I. OSNOVNI PODACI O PREDMETU

|                             |                |                |       |
|-----------------------------|----------------|----------------|-------|
| Naziv predmeta              | Tjelesni odgoj |                |       |
| Kratica predmeta            | POVP4-7        | Šifra predmeta | 99435 |
| Status predmeta             | Obvezni        | ECTS bodovi    | 0     |
| Preduvjeti za upis predmeta | Nema           |                |       |

### Ukupno opterećenje predmeta

| Vrsta nastave   | Ukupno sati | Vrsta nastave | Ukupno sati |
|-----------------|-------------|---------------|-------------|
| Tjelesne vježbe | 30          |               |             |

Mjesto i vrijeme održavanja nastave Sportska dvorana Međubiskupijskog sjemeništa, Šalata, srijeda 16:00-18:00

## II. NASTAVNO OSOBLJE

### Nositelj predmeta

|                   |  |               |               |
|-------------------|--|---------------|---------------|
| Ime i prezime     | Davorin Babić  | Stručni naziv | Viši predavač |
| Akademski stupanj | Prof.  | Telefon       |               |
| Kontakt e-mail    | <a href="mailto:babidc@theo.kbf.hr">babidc@theo.kbf.hr</a> |               |               |

### Konzultacije

## III. DETALJNI PODACI O PREDMETU

Jezik na kojem se nastava održava Hrvatski

**Opis predmeta** Tjelesna i zdravstvena kultura je predmet koji se u visokom obrazovanju obvezno provodi tijekom prva četiri semestra studija. Na višim godinama studija može se izvoditi kao izborni predmet (modul) s obzirom na interes studenata. Programsku jezgru čine skupovi raznovrsnih kinezioloških aktivnosti koje su svrstane u osnovni i posebni nastavni program. Za njih se studenti opredjeljuju s obzirom na interes, stupanj usvojenosti motoričkih znanja, razinu sposobnosti i prema stanju zdravlja. Konceptualno ovaj nastavni program nadovezuje se na programske sadržaje nastave tjelesne i zdravstvene kulture u srednjoj školi.

### Literatura

**Obvezna** V. Findak, *Metodika tjelesne i zdravstvene kulture*, Zagreb 1992.; V. Findak, *Metodički organizacijski oblici rada u edukaciji, športu i športskoj rekreaciji*, Zagreb 1992.; B. Anderson, E. Burke, B. Pearl, *Fitness za sve*, Zagreb 1997.

### Dopunska

### Način ispitivanja i ocjenjivanja

|   |   |  |    |                 |    |
|---|---|--|----|-----------------|----|
| Polaze se   | Ne  | Isključivo kontinuirano praćenje nastave | Da | Ulazi u prosjek | Ne |
| Preduvjeti za dobivanje potpisa i polaganje završnog ispita | Redovito pohađanje nastave - prisutnost na najmanje 70% nastave prema studijskom programu i izvedbenom nastavnom planu; |  |    |                 |    |

#### IV. TJEDNI PLAN NASTAVE

##### Vježbe

| Tjedan | Tema                               |
|--------|------------------------------------|
| 1.     | Uvodno predavanje                  |
| 2.     | Osnove kineziološke transformacije |
| 3.     | Osnove kineziološke transformacije |
| 4.     | Osnove kineziološke transformacije |
| 5.     | Osnove kineziološke transformacije |
| 6.     | Osnove kineziološke transformacije |
| 7.     | Osnove kineziološke transformacije |
| 8.     | Osnove kineziološke transformacije |
| 9.     | Osnove kineziološke transformacije |
| 10.    | Osnove kineziološke transformacije |
| 11.    | Osnove kineziološke transformacije |
| 12.    | Osnove kineziološke transformacije |
| 13.    | Osnove kineziološke transformacije |
| 14.    | Osnove kineziološke transformacije |
| 15.    | Osnove kineziološke transformacije |