

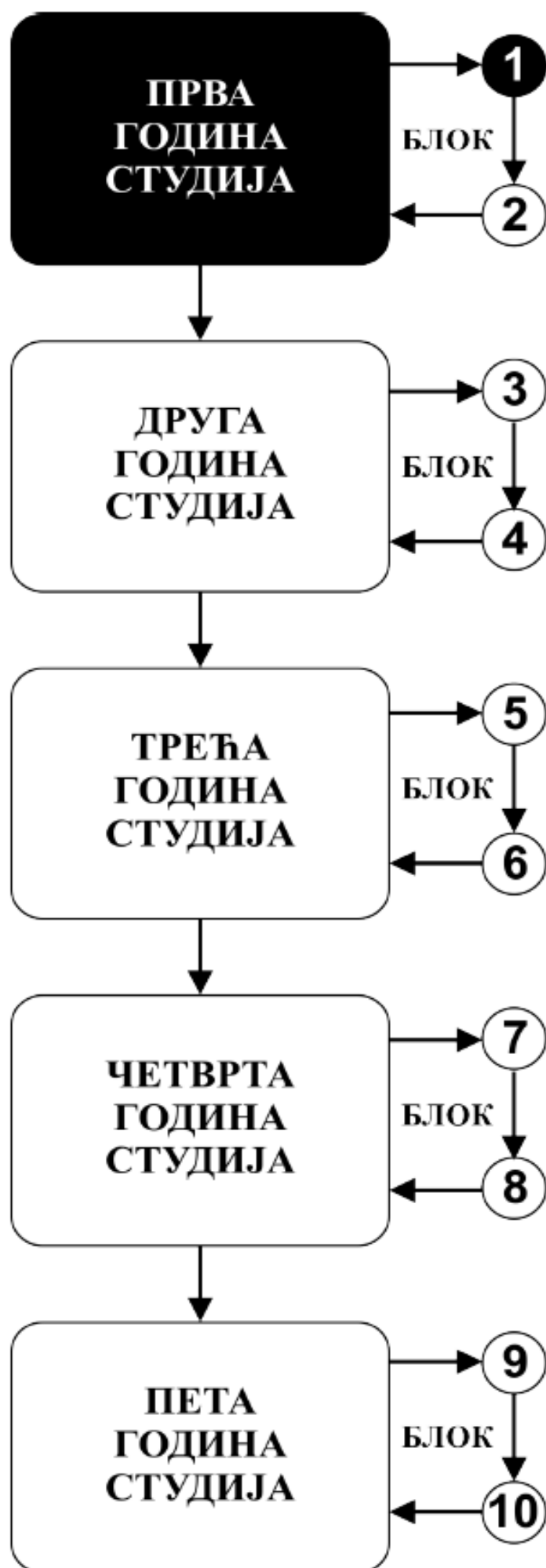


**ИНТЕГРИСАНЕ АКАДЕМСКЕ
СТУДИЈЕ ФАРМАЦИЈЕ**

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	dusicadjordjevickg@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

АМФИТЕАТАР (С1)

**10.09.2018.
ПОНЕДЕЉАК**

09:00 - 10:00

РАСПОРЕД ВЕЖБИ

I недеља наставе

Дан	Време	Место	Групе
Субота	10.00-11.30	Шумарице	Све групе

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

Дан	Време	Место	Групе
Понедељак	10.30-11.15	СЦ ПАРК: Тренинг центар	I, II
Понедељак	11.15-12.00	СЦ ПАРК: Тренинг центар	III, IV
Понедељак	12.00-12.45	СЦ ПАРК: Спортска сала	V, VI, VII

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

Дан	Време	Место	Групе
Понедељак	10.30-11.15	СЦ ПАРК: Тренинг центар	V
Понедељак	11.15-12.00	СЦ ПАРК: Тренинг центар	VI, VII
Понедељак	12.00-12.45	СЦ ПАРК: Спортска сала	I, II, III, IV

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.