

ПЛАН НАСТАВЕ на предмету

Основе спортске антропологије / Основе спортске медицине

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ	
Назив програма: Стручно оспособљавање кадрова у спорту – ниво III	
Назив предмета: Основе спортске антропологије / Основе спортске медицине	
Број часова активне наставе (П+В): 12 (8+4)	
ЦИЉ И ИСХОД	
Циљ: Упознавање кандидата са контролом и очувањем здравља физички активних особа и патологијом спортских напора. Упознавање кандидата са проблемима допинга и исхране спортиста, као и функционисањем система људског тела приликом физичких напора.	
Исход: Оспособљеност кандидати да: препознају факторе који утичу на здравље физички активних особа; да сагледају утицај физичког вежбања на здравље; да савладају методе провере соматског и функционалног статуса физички активних особа; да препознају и делују на патолошке ефекте спортских напора.	

ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ			
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	бр. часова	Облици и методе наставе
1.	Значај физичке активности на здравље људи	1	- фронтални - Вербална, Аудио визуелна, Дискусија
2.	Функционална способност кардиоваскуларног система	1	
3.	Функционална способност респираторног система	1	
4.	Функционална способност мишићно-скелетног система	1	
5.	Функционална способност нервног система	1	
6.	Исхрана у спорту и суплементација	1	
7.	Допинг у спорту	1	
8.	Спортске повреде и превенција	1	
Р.б.	Наставни садржаји/вежбе	бр. часова	Облици и методе наставе
1.	Мерење морфолошких мера тела	1	- Фронтални, групни - Метод практичног вежбања
2.	Тестирање координације, равнотеже и гipкости	1	
3.	Тестирање силе и снаге	1	
4.	Тестирање агилности и брзине реакције	1	
ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА			
Практични испит: Практични део испита се полаже тако што кандидат добија једно питање случајним избором. Теоријски испит: Теоријски део се полаже усмено и обухвата целокупно градиво. Кандидат добија три питања случајним избором. Консултације: Реализују се једном недељно (усклађене са распоредом часова) или путем електронске поште.			
УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА			
1. Ђурашковић, Р. (2009). <i>Спортска медицина</i> . Ниш: Факултет спорта и физичког васпитања.			
НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ			
Наставник: Проф. др Татјана Поповић Илић Е-mail: tatjana.popovic.ilic@pr.ac.rs		Сарадник:	