

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <b>Локомоторни апарат у спорту</b>				
Година и семестар: II година III семестар				
Статус предмета: Изборни				
Број ЕСПБ: 6				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 1+2				
Школска година: 2014/2015				
Услов: Нема посебних услова за слушање предмета.				
ЦИЉ И ИСХОД				
<b>Циљ:</b> Циљ предмета је детаљније упознавање анатомске структуре локомоторног апарата, посебно са функционалног аспекта и у појединим спортским активностима.				
<b>Исход:</b> Познавање анатомских структура локомоторног апарата, који представља основу свих физичких и спортских активности, што би била боља теоретска и практична основа за даље разумевање и учење стучних предмета. Оспособљеност за практични ради који им предстоји, било да њихове активности буду усмерене ка педагошком раду или раду у клубовима спортских организација.				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Дефиниција, функција и подела коштаног система. Облик костију, подела по облику, спољашњи изглед.	I		
2.	Грађа костију, крвни судови и живци, покосница и коштана срж. Механичке особине и архитектура костију. Развој коштаног ткива. Утврђивање пола и старости скелета.	II		
3.	Коштани систем главе и врата, кичменог стуба, грудног коша, горњег екстремитета, карлице, доњег екстремитета.	III		
4.	Дефиниција зглобова. Главни и споредни делови зглобова. Подела и функција зглобова.	IV		
5.	Зглобни систем главе и врата, кичменог стуба, грудног коша, горњег и доњег екстремитета, карлице.	V		
6.	Дефиниција мишића и њихове основне карактеристике. Грађа мишића и подела према грађи.	VI		
7.	Основни делови мишића. Мишићна функција; како настаје. Подела према изгледу, припојима и функцији.	VII		
8.	Мишићни систем главе и врата, кичменог стуба, грудног коша, горњег и доњег екстремитета, карлице.	VIII		
9.	Функционалне карактеристике локомоторног апарата човека. Неуролошка основа покрета.	IX		
10.	Функционалне карактеристике локомоторног апарата (кости, зглобови, мишићних група и великих мишића) у гимнастици.	X		
11.	Функционалне карактеристике локомоторног апарата (кости, зглобови, мишићних група и великих мишића) код колективних спортова са лоптом.	XI		

12.	Функционалне карактеристике локомоторног апарата (кости, зглобови, мишићних група и великих мишића) код појединих дисциплина у пливању.	XII		
13.	Функционалне карактеристике локомоторног апарата (кости, зглобови, мишићних група и великих мишића) у атлетици (трчање, скокови, бацање).	XIII		
14.	Функционалне карактеристике локомоторног апарата (кости, зглобови, мишићних група и великих мишића) у плесу.	XIV		
15.	Функционалне карактеристике локомоторног апарата (кости, зглобови, мишићних група и великих мишића) код дизања терета, код спортова које изабери студенти.	XV		
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Дефиниција, функција и подела коштаног система. Облик костију, подела по облику, спољашњи изглед.	I		
2.	Грађа костију, крвни судови и живци, покосница и коштана срж. Механичке особине и архитектура костију. Развој коштаног ткива. Утврђивање пола и старости скелета.	II		
3.	Коштани систем главе и врата, кичменог стуба, грудног коша, горњег екстремитета, карлице, доњег екстремитета.	III		
4.	Дефиниција зглобова. Главни и споредни делови зглобова. Подела и функција зглобова.	IV		
5.	Зглобни систем главе и врата, кичменог стуба, грудног коша, горњег и доњег екстремитета, карлице.	V		
6.	Дефиниција мишића и њихове основне карактеристике. Грађа мишића и подела према грађи.	VI		
7.	Основни делови мишића. Мишићна функција; како настаје. Подела према изгледу, припојима и функцији.	VII		
8.	Мишићни систем главе и врата, кичменог стуба, грудног коша, горњег и доњег екстремитета, карлице.	VIII		
9.	Функционалне карактеристике локомоторног апарата човека. Неуролошка основа покрета.	IX		
10.	Функционалне карактеристике локомоторног апарата (кости, зглобови, мишићних група и великих мишића) у гимнастици.	X		
11.	Функционалне карактеристике локомоторног апарата (кости, зглобови, мишићних група и великих мишића) код колективних спортова са лоптом.	XI		
12.	Функционалне карактеристике локомоторног апарата (кости, зглобови, мишићних група и великих мишића) код појединих дисциплина у пливању.	XII		
13.	Функционалне карактеристике локомоторног апарата (кости, зглобови, мишићних група и великих мишића) у атлетици (трчање, скокови, бацање).	XIII		
14.	Функционалне карактеристике локомоторног апарата (кости, зглобови, мишићних група и великих мишића) у плесу.	XIV		

15.	Функционалне карактеристике локомоторног апарата (кости, зглобови, мишићних група и великих мишића) код дизања терета, код спортова које изаберу студенти.	XV		
-----	--	----	--	--

#### УЦБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Stefanović, N. (2012). Anatomija čoveka za studente Fakulteta sporta i fizičkog vaspitanja. Niš: "M KOPS CENTAR", (pojedina poglavlja).
2. Delavie, F. (2006). Anatomija treninga snage. Beograd: "Data Status".
3. Mihalj, M., Obradović, D. (2004). Opšta anatomija. Novi Sad: "SCAN studio".
4. Puleo, J., Milroy, P. (2010): Trčanje anatomija. Beograd: "Data Status".
5. Tiksa Serž, 2009. Atlas palpatorne anatomije. Beograd: "Data Status".
6. Christy Cael, FUNCTIONAL ANATOMY musculoskeletal Anatomy, Kinesiologi and Palpation for Manual Therapists, 2010, Woeters Kluwer – Lippincott Williams & Wilkins (odabrana poglavlja). (Internet: <http://www.LWW.com>)
7. Lynn s. Lippert, CLINIKAL KINESIOLOGY AND ANATOMY, 2006, F.A. Davis Company, Philadelphia. (odabrana poglavlja).

#### ОЦЕНА ЗНАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Поена: 70		Завршни испит	Поена: 30	
	Минимум	Максимум		Минимум	Максимум
Теоријска настава	5	5	Практични испит		15
Практична настава	5	5	Теоријски испит		15
Колоквијум 1	4	20			
Колоквијум 2	4	15			
Семинарски рад	4	11			
Интерактивна настава	8	14			
<b>УКУПНО</b>	<b>30</b>	<b>70</b>			<b>30</b>

#### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

<b>Наставници:</b> др Наталија Стефановић, редовни професор - предавања	<b>Сарадници:</b> Владимир Антић, асистент - вежбе
--	---