

План извођења наставе на предмету: **Хигијена**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, Спорт				
Назив предмета: Хигијена				
Година и семеста: II година IV семестар (Фебруар/Мај)				
Статус предмета: Обавезни; Број ЕСПБ: 4				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 2+2				
Школска година: 2016/2017				
Услов: Нема посебних услова за слушање предмета				
ЦИЉ И ИСХОД				
Циљ: Стицање знања о теоријским и практичним вредностима хигијене у спорту и физичком васпитању				
Исход: Студенти су упознати са основним начелима и могућностима њихове практичне примене у свакодневной пракси. Студенти су кроз предавања, практичне вежбе, и консултације стекли основна знања и оспособљени су да владају теоријским и практичним вештинама везаним за примену хигијене спорта у спорту и физичком васпитању.				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Исхрана, основне хранљиве материје у исхрани деце и спортиста.	I	Фронтални облик рада, метода усменог излагања, метода аудио визуелна	
2.	Исхрана, препоруке за правилну исхрану деце и спортиста.	II		
3.	Дејство биолошких агенса на људски организам.	III		
4.	Дејство биолошких агенса на људски организам.	IV		
5.	Садржаји из претходне 4 недеље.	V		Колоквијум 1
6.	Клима, климатске промене и њихов утицај на здравље људи.	VI	Фронтални облик рада, метода усменог излагања, метода аудио визуелна	
7.	Утицај УВ зрачења на здравље људи	VII		
8.	Сексуално трансмисивне болести.	VIII		
9.	Хигијена одеће и обуће.	IX		
10.	Лична хигијена.	X		
11.	Садржаји из претходних 5 недеља.	XI		
12.	Исхрана спортиста.	XII	Фронтални облик рада, метода усменог излагања, метода аудио визуелна	
13.	Хигијена радне средине.	XIII		
14.	Хигијена животне средине.	XIV		
Р.б.	Наставни садржаји/вежбе	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Исхрана деце и спортиста, методологија испитивања.	I	Практична настава	
2.	Исхрана деце и спортиста, методологија	II		

	испитивања.		
3.	Болести деце и спортиста изазване биолошким агенсима - гљивичне инфекције.	III	
4.	Болести деце и спортиста изазване биолошким агенсима - паразитарне инфекције.	IV	
5.	Болести деце и спортиста изазване физичким агенсима.	V	
6.	Алергијске болести деце и омладине.	VI	
7.	Сексуално трансмисивне болести.	VII	
8.	Хигијена одеће и обуће.	VIII	
9.	Лична хигијена.	IX	
10.	Исхрана спортиста (семинари).	X	
11.	Школска хигијена.	XI	
12.	Хигијена спортских објеката.	XII	
13.	Школска хигијена и хигијена спортских објеката.	XIII	
14.	Хигијена животне средине.	XIV	

ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

Теоријска настава и вежбе: Посећеност настави се евидентира у спискове евиденције присуства студената, и на крају семестра бодује одговарајућим бројем поена. **Семинарски рад:** Студент добија тему за израду семинарског рада из области Хигијене за коју показује највише интересовања. **Теоријски колоквијум:** Први теоријски колоквијум подразумева проверу знања из пређене прве трећине градива. Други колоквијум подразумева проверу знања из пређене друге трећине градива. **Интерактивна настава:** Подразумева самосталну припрему студента за презентацију дела градива, активност на настави. **Теоријски испит:** Подразумева проверу знања из пређене последње трећине градива. **Консултације:** Консултације са студентима се обављају два пута недељно по унапред утврђеном распореду.

УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Ранђеловић, Ј., Ђурашковић, Р. (2006). Хигијена спорта. Ниш: СИА.
2. Ђурашковић, Р. (2002). Спортска медицина. Ниш: СИА.
3. Митровић, Р. (1996). Хигијена за студенте факултета за физичку културу. Ниш: "ПроСофт".
4. Friis, H. (2010). Essentials of environmental health. Jonas & Bartlett Learning.

НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Поена: 60		Завршни испит	Поена: 40	
	Минимум	Максимум		Минимум	Максимум
Теоријска настава	5	5	Теоријски испит (усмено, писмено, електронски тест)		40
Практична настава	5	5			
Колоквијум 1	4	12			
Колоквијум 2	6	13			
Семинарски рад	5	10			
Интерактивна настава	5	15			
УКУПНО	30	60			40

НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

Наставник:

др Љиљана Бјелаковић, доцент

Сарадник: