


План извођења наставе на предмету: **Изборне теме - рекреација**

Универзитет у Нишу, Факултет спорта и физичког васпитања	Студијски програм: ДОКТОРСКЕ АКАДЕМСКЕ СТУДИЈЕ, СПОРТСКЕ НАУКЕ				
Назив предмета: Изборне теме - рекреација					
Наставници: др Саша Пантелић, ванредни професор; др Радмила Костић, редовни професор					
Статус предмета: Изборни; Број ЕСПБ: 6					
Година и семеста: II година IV семестар					
Школска година: 2016/2017					
Услов: Нема посебних услова за упис докторских студија нема посебних услова.					
ЦИЉ И ИСХОД					
Циљ: Оспособљавање студената за програмирање, планирање, моделовање, управљање, праћење, процену и евалуацију физичких активности различитим методама код различитих популација.					
Исход: Владање одређеном количином знања о конкретним темама и проблемима научног истраживања и програмирања у области рекреације. Студенти ће бити компетентни, да уз примену стечених знања, самостално решавају научне проблеме у области рекреације уз коришћење одговарајућих научних метода. Ово подразумева да ће бити оспособљени за критички приступ у анализи, вредновању и праћењу научне литературе из појединих области рекреације, да прате и примењују савремена достигнућа у рекреацији и примењују исте у решавању конкретних проблема, да самостално спроводе истраживачке пројекте у области рекреације, да буду оспособљени за креацију и реализацију нових идеја у научним истраживањима у области рекреације.					
Број часова активне наставе недељно:	Предавања: 6	Студијски истраживачки рад: 0			
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ					
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Број часова	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Фитнес способности и значај у рекреацији	I	6	Фронтални, групни, индивидуални Метода усменог излагања, разговора, демонстрације вербална, аудио-визуелна	
2.		II	6		
3.	Промене фитнес способности под утицајем различитих модела рекреативних активности	III	6		
4.		IV	6		
5.	Физичка активност – Тренд, стање, смернице и препоруке за примену рекреативних физичких активности	V	6		
6.		VI	6		
7.	Рекреативне физичке активности и инфаркт миокарда	VII	6		
8.		VIII	6		
9.	Рекреативне физичке активности и гојазност	IX	6		
10.		X	6		
11.	Слободне теме	XI	6		
12.		XII	6		
ПРЕПОРУЧЕНА ЛИТЕРАТУРА					

1. ACSM (2005). ACSM Resource manual for guidelines for exercise testing & prescription. 5^{ed}, Champaign, IL: Human Kinetics.
2. Bouchard, C., Blair, S.N., Haskell, W. (2012). Physical Activity and Health (2nd Edition). Champaign, IL: Human Kinetics
3. Bouchard, C., Katzmarzyk, P. (2010). Physical Activity and Obesity (2nd Edition). Champaign, IL: Human Kinetics.
4. Heyward, V. (2006). Advanced Fitness Assessment and Exercise Prescription-5th Edition. Champaign, IL: Human Kinetics.
5. Morrow, R.J., Jackson, W.A., Disch, G.J., Mood, P.D. (2005) Measurement and Evaluation in Human Performance- 3rd Edition Package. Champaign, IL: Human Kinetics.
6. Rahl, R. (2010). Physical Activity and Health Guidelines Recommendations for Various Ages, Fitness Levels, and Conditions from 57 Authoritative Sources. Champaign, IL: Human Kinetics.
7. Roy Benson, R., Connolly, D. (2010). Heart Rate Training. Champaign, IL: Human Kinetics.
8. Sharkey, B.J., Gaskill, S.E. (2008). Vežbanje i zdravlje. Beograd: "Data Status".
9. Welk, J.G. (2002). Physical Activity Assessments for Health-Related Research. Champaign, IL: Human Kinetics.

Сепарати чланака у којима се третира проблем истраживања у рекреацији објављених у референтним научним базама и часописима.

ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

Похађање наставе: Ако студент активно учествује на 50% часова одржане теоријске наставе и студијског истраживачког рада, добија минимални број бодова (укупно 5 поена). Број бодова биће пропорционално увећаван у складу са похађањем наставе у току семестра али не може бити већи од 10.

Консултације: Два пута недељно у складу са распоредом часова.

Семинарски рад и одбрана семинарског: Обухвата писање и одбрану семинарског рада на задату тему. Семинарски рад пише се у форми прегледног истраживања. Потребно је остварити минимално 10 (десет) поена.

Презентација изборне теме: Обухвата писање, презентацију и одбрану теме по избору кандидата. Презентација изборне теме пише се у форми литерарног рада. Потребно је остварити минимално 10 (десет) поена, а укупан збир поена зависи од све три наведене активности.

Интерактивна настава: Обухвата ангажовање студената током реализације предиспитних обавеза. Потребно је остварити минимално 5 (пет) поена.

Теоријски испит: подразумева одговоре на насумично извучена питања из проучаваних области. Максимално је могуће остварити 40 (четрдесет) поена.

Методe извођења наставе:

Предавања екс-катедра, Проблемски оријентисана настава уз активно учешће студената - дебатни састанци, Семинарски рад, Консултације, Истраживачки рад, Презентација, Менторски рад.

НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Поена: 60		Завршни испит	Поена: 40	
	Минимум	Максимум		Минимум	Максимум
Настава	5	10	Усмени/писмени испит		40
Семинарски рад	10	20			
Презентација изборне теме	10	20			
Интерактивна настава	5	10			
УКУПНО	30	60			40