



Logo fakulteta/akademije

UNIVERZITET U SARAJEVU – PEDAGOŠKI FAULTET

OPIS predmeta

Obrazac SP2

Stranica 1 od 5

Šifra predmeta: PEF RAN 307		Naziv predmeta: Metodika nastave tjelesne kulture I	
Ciklus: I ciklus	Godina: III	Semestar: V	Broj ECTS kredita: 4
Status: Obavezni predmet		<u>Ukupan broj sati: 45</u> <u>Sedmično: 3</u> predavanja: 2 vježbe: 1 <u>Semestralno: 45</u> predavanja: 30 vježbe: 15	
Odgovorni nastavnik	Prof. dr. Elvira Nikšić		
Preduslov za upis:	Položen ispit iz predmeta Tjelesne kulture i Didaktike		
Cilj (ciljevi) predmeta:	• Cilj predmeta je da studenti ovladaju osnovnim programskim sadržajima, kao i ciljevima, zadacima i ulogom metodike nastave tjelesne kulture, aktivnostima u procesu nastave, kao i principima, metodama, oblicima rada, nastavnim sredstvima i pomagalicama. • Osposobljavanje studenata za samostanu primjenu programskih sadržaja u radu sa učenicima razredne nastave. • Podizanje svijesti o važnosti metodike nastave tjelesne kulture za učenike razredne nastave i njihov pravilan rast i razvoj, kao i očuvanje već stečenih i usvajanje novih motoričkih znanja, vještina i sposobnosti u svrhu utjecaja na njihov cjelokupni antropološki status, te unaprjeđenje zdravlja i radne sposobnosti, zadovoljenje potrebe za kretanjem.		
Tematske jedinice:	<i>Predavanja:</i> • Inicijalna i finalna testiranja, mjerenja i evaluacija u nastavi tjelesne kulture; • Sistem tjelesne kulture u osnovnoj školi; • Pojam, predmet, ciljevi i zadaci metodike nastave tjelesne kulture, nastavna sredstva i pomagala; • Sat kineziološke edukacije (sat tjelesne kulture); Artikulacija i struktura sata tjelesne kulture; Planiranje rada; • Kineziološki sadržaji za sat tjelesne kulture; • Sredstva uvodnog dijela sata; Metodika izvođenja prirodnih oblika kretanja/Biotičkih motoričkih znanja (BMZ); • Primjena elementarnih igara u nastavi tjelesne kulture; • Sredstva pripremnog dijela sata; • Vježbe oblikovanja/Opće pripreme vježbe; Kompleksi vježbi oblikovanja;		

- Pravilno držanje tijela, Primjena vježbi oblikovanja za pravilno držanje tijela;
- Stavovi držanja tjela;
- Nepravilno držanje tijela, Ocjenjivanje držanja tijela;
- Uzroci devijacija tjelesnog razvoja;
- Tjelesni deformiteti;
- Korektivne vježbe oblikovanja za prevenciju i korekciju posturalnih poremećaja i tjelesnih deformiteta;
- Elementarne igre za prevenciju i korekciju deformiteta kičmenog stuba;
- Sredstva glavnog dijela sata;
- Sredstva završnog dijela sata;
- Metode rada/Načini rada u nastavi tjelesne kulture;
- Primjena oblika rada u nastavi tjelesne kulture kroz različite tipove nastavnih sati, pridržavajući se metodičkih/didaktičkih principa;
- Vannastavne i vanškolske aktivnosti;
- Ishrana školske djece;
- Primjena kinezioloških sadržaja u radu sa učenicima s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama;
- Daroviti i talentovani učenici; Učenici s teškoćama u razvoju;
- Uključivanje učenika s tjelesnim invaliditetom u rad na satu tjelesne kulture;
- Igra (uopšteno o igri);
- Psihički razvoj, pažnja, pamćenje, mašta, mišljenje, emocije, interesi, socijalni razvoj;
- Rast i razvoj djeteta u dobi od 6 do 11 godina;
- Razvoj antropološke osobina (morfoloških ili antropometrijskih, konativnih, socioloških i zdravstvenih);
- Razvoj antropoloških sposobnosti (kognitivnih, funkcionalnih i motoričkih).

Sadržaji nastave (vježbe):

Učenje, usvajanje, uvježbavanje i usavršavanje motoričkih informacija i znanja koja se nalaze u programu rada učenika u razrednoj nastavi, kao i praktična primjena istih na satu tjelesne kulture.

- Primjenjivanjem osnovnih metoda rada i metodičkih principa, kroz različite tipove nastavnih sati primijeniti igre za uvodni dio sata; Elementarne igre (hvatalice);
- Sadržaji za uvodni dio sata; Primjena biotičkih motoričkih znanja (BMZ) – Prirodnih oblika kretanja;
- Sadržaji za pripremni dio sata; Vježbe oblikovanja/opće pripremne vježbe; Kompleksi vježbi oblikovanja; Početni položaji u vježbama oblikovanja; Imenovanje pokreta u vježbama oblikovanja;
- Vježbe oblikovanja za pravilno držanje tijela; Korektivne vježbe

	oblikovanja za prevenciju i korekciju posturalnih poremećaja i tjelesnih deformiteta; • Elementarne igre za prevenciju i korekciju deformiteta kičmenog stuba; • Vježbe oblikovanja prema korištenju metodičkih sredstava (sprava, rekvizita, nastavnih pomagala); • Vježbe oblikovanja prema položaju tijela • Vježbe oblikovanja prema utjecaju na pojedine dijelove tijela; • Vježbe oblikovanja prema fiziološkom utjecaju; • Vježbe oblikovanja u paru; • Kineziološki sadržaji za učenike s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama; • Sadržaji za glavni dio sata; • Igre za razvijanje biotičkih motoričkih znanja (BMZ); • Igre za razvijanje bazičnih-motoričkih sposobnosti (BMS); • Sadržaji za završni dio sata.
Ishodi učenja:	Očekuje se da će studenti/ce nakon odslušanog i položenog predmeta Metodika nastave tjelesne kulture I moći: • Razumjeti sat tjelesne kulture, vrste opterećenja i metode rada/načine rada u svim organizacijskim oblicima rada; • Vladati osnovnim znanjima o strukturi sata, ciljevima i zadacima, kao i kineziološkim sadržajima koji se primjenjuju na satu tjelesne kulture; • Objasniti osnovne termine i pravila pojedinih kinezioloških aktivnosti; • Planirati i realizirati razne kineziološke sadržaje na satu tjelesne kulture usklađene učenicima s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama; • Primijeniti adekvatne vježbe usklađene uzrastu učenika sa kojima se radi; • Opisati i demonstrirati komplekse vježbi oblikovanja/opće pripreme vježbe; • Prepoznati utjecaj pojedinih vježbi na određene grupe mišića, • Izvršiti ocjenu držanja tijela kod učenika; • Planirati i realizirati odgovarajuće kineziološke sadržaje za razvijanje antropoloških osobina i sposobnosti; • Demonstrirati korektivne vježbe oblikovanja za prevenciju i korekciju posturalnih poremećaja i tjelesnih deformiteta; • Primijeniti elementarne igre za prevenciju i korekciju deformiteta kičmenog stuba; • Koristiti motorička znanja i vještine pojedine kineziološke aktivnosti u praksi, kao i za samostalno tjelesno vježbanje i natjecanje; • Primijeniti određena teorijska i praktična znanja u praksi kao i u onim kineziološkim aktivnostima koja će im pomoći za unapređenje zdravlja i podizanje kvalitete života.

Metode izvođenja nastave:	Metode rada koje će se koristiti u realizaciji programskih sadržaja iz predmeta Metodika nastave tjelesne kulture I su sljedeće: 1. Metode prikazivanja motoričkog zadatka/Nastavne metode; 2. Metode učenja; 3. Metode uvježbavanja; 4. Metode sigurnosti; 5. Metode nadzora. Uspješnost u realizaciji programskih sadržaja iz predmeta Metodika nastave tjelesne kulture I će zavisi od primjene metoda rada. Transformacija dimenzija antropološkog statusa svakog pojedinog studenata ovisi i o uspješnosti korištanja načina rada u realizaciji propisanih programskih sadržaja. Koja će se i kada od ovih metoda rada koristiti u realizaciji programskih sadržaja iz predmeta Metodika nastave tjelesne kulture I zavisi će od samih sadržaja i njihovoj primjeni na svakom času.
Metode provjere znanja sa strukturom ocjene:	Ocjena će biti formirana iz ocjena teorijskog dijela ispita (pismeno) i realiziranja sadržaja vježbi iz predmeta Metodika nastave tjelesne kulture I (praktično). Praćenje rada i provjere znanja vrše se tokom realizacije nastavnog programa. • I parcijalna provjera znanja – 7. sedmica – praktično; • I parcijalna provjera znanja - 7. sedmica – teorijski – pismeno; • II parcijalna provjera znanja – 14. sedmica – praktično; • II parcijalna provjera znanja – 14. sedmica – teorijski – pismeno; • Završni ispit će se obavljati u toku posljednje sedmice nastave ili u prvoj sedmici nakon završene nastave. Struktura ocjene i bodovni kriterij (postotak u odnosu na ukupan broj bodova): • Redovno dolaženje na nastavu (predavanja i vježbe) – 10 %; • Parcijalni testovi za provjeru znanja (7. sedmica) I kolokvij – 20 %; • Parcijalni testovi za provjeru znanja (14. sedmica) II kolokvij – 20 %; • Završni ispit – teorija 40 %; • Interaktivna nastava (predavanja, vježbe) – 10 %; • Parcijalni test za provjeru znanja iz vježbi (7. sedmica) I kolokvij – 20 %; • Parcijalni test za provjeru znanja iz vježbi (14. sedmica) II kolokvij – 20 %; • Završni ispit – praktično 40 %.

	Konačan spjeh studenata nakon svih predviđenih oblika provjere znanja vrednuje se i ocjenjuje sistemom uporedivim sa ECTS sistemom, kako slijedi (Član 35., Pravila studiranja za I, II ciklus studija, integrirani, stručni i specijalistički studij na UNSA): 10 (A) – (izuzetan uspjeh, bez grešaka ili sa neznatnim greškama), nosi 95-100 poena; 9 (B) – (iznad prosjeka, sa ponekom greškom), nosi 85-94 poena; 8 (C) – (prosječan, sa primjetnim greškama), nosi 75-84 poena; 7 (D) – (općenito dobar, ali sa značajnijim nedostacima), nosi 65-74 poena; 6 (E) – (zadovoljava minimalne kriterije), nosi 55-64 poena; 5 (F,FX) – (ne zadovoljava minimalne kriterije), manje od 55 poena.
Literatura:	Obavezna: 1. Nikšić, E. Mahmutović, I., Rašidagić, F., Mujčić, A. (2015). <i>Igre sa loptom u funkciji razvoja djeteta</i>. Pedagoški fakultet Univerziteta u Sarajevu, Sarajevo. 2. Nikšić, E. Rašidagić, F., Beganović, E. (2019). <i>Posturalni poremećaji kod učenika razredne nastave i njihova prevencija i korekcija</i>. Pedagoški fakultet Univerziteta u Sarajevu, Sarajevo. 3. Bešović, M. (2011). <i>Kineziološka metodika u edukaciji (I) i (II) dio</i>, Bosanska riječ, Sarajevo. Dopunska: 1. Findak, V. (2001). <i>Metodika tjelesne i zdravstvene kulture</i>. Priručnik za nastavnike tjelesne i zdravstvene kulture. Školska knjiga, Zagreb. 2. Hadžikadunić, M., Mađarević, M. (2004). <i>Metodika nastave tjelesnog odgoja sa osnovama fiziologije tjelesnog vježbanja</i>. Pedagoški fakultet Univerziteta u Zenici, Zenica. 3. Kazazović, E. (2013). <i>Testiranje, mjerenje i evaluacija u tjelesnom odgoju i sportu</i>. Fakultet sporta i tjelesnog odgoja Univerziteta u Sarajevu, Sarajevo. 4. Najšteter, Đ. (1997). <i>Kineziološka didaktika</i>. Univerzitetska knjiga, Sarajevo. 5. Neljak, B. (2013). <i>Kineziološka metodika u osnovnom i srednjem školstvu</i>. Priručnik, Gopal d.o.o., Zagreb. 6. Tabaković, M., Atiković, A., Turković, S. (2014). <i>Vježbe oblikovanja sa osnovnom primjenom u gimnastici</i>. Fakultet sporta i tjelesnog odgoja Univerziteta u Sarajevu, Sarajevo. 7. Taljić, I. (2019). <i>Ishrana školske djece i adolescenata</i>. Centar za interdisciplinarne studije Univerziteta u Sarajevu, Sarajevo.