



Sveučilište u Zagrebu
Kineziološki fakultet



IZVEDBENI PLAN

STRUČNOG DIPLOMSKOG STUDIJA IZOBRAZBA TRENERA

za ak. god. 2025./2026.

Zagreb, studeni 2025. godine



SADRŽAJ

RASPORED NASTAVE.....	5
RASPORED ISPITNIH ROKOVA.....	5
UPISI	5
BLAGDANI	5
IZVEDBENI PLAN I PROGRAM NASTAVE 1. GODINE GODINE STRUČNOG DIPLOMSKOG STUDIJA	
IZOBRAZBA TRENERA.....	6
I. SEMESTAR.....	6
KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA, FITNES I SPORTOVI (HRVANJE, JUDO, KAJAKAŠTVO, KOŠARKA, NOGOMET, PLES) I. semestar	7
BIOLOŠKA KINANTROPOLOGIJA (147693)	8
KINEZIOLOGIJA SPORTA (147694)	10
KOMUNIKOLOGIJA U SPORTU (147694).....	13
STRUČNO TRENERSKA PRAKSA U KONDICIJSKOJ PRIPREMI SPORTAŠA I. (147725)	15
STRUČNO TRENERSKA PRAKSA U FITNESU I. (147717)	17
STRUČNO TRENERSKA PRAKSA U HRVANJU I. (147834).....	19
STRUČNO TRENERSKA PRAKSA U JUDU I. (147857)	21
STRUČNO TRENERSKA PRAKSA U KAJAKAŠTVU I. (163336)	23
STRUČNO TRENERSKA PRAKSA U KOŠARCI I. (147738).....	25
STRUČNO TRENERSKA PRAKSA U NOGOMETU I. (147745).....	27
STRUČNO TRENERSKA PRAKSA U PLESU I. (147759)	29
IZBORNI PREDMETI/SPORTOVI – KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA, FITNES, SPORTOVI – I. SEM ...	31
DRUŠTVENO ZABAVNE IGRE (147712).....	32
KINEZITERAPIJA KOD RAZLIČITIH OBOLJENJA (147703).....	34
OSNOVE PREHRANE (147714).....	36
PRIMJENA SADRŽAJA BORILAČKIH SPORTOVA U KONDICIJSKOJ PRIPREMI SPORTAŠA (147707).....	38
SPECIFIČNA KONDICIJSKA PRIPREMA U BORILAČKIM SPORTOVIMA (147708)	40
II. SEMESTAR	42
MODUL – FITNES – II. SEM	43



MENADŽMENT I PODUZETNIŠTVO U FITNESU (147718).....	44
MARKETING MENADŽMENT U FITNESU (147720)	46
PSIHOLOGIJA MOTIVACIJE I VOĐENJA (147721)	48
FUNKCIONALNI TRENING S OTPOROM (147722).....	50
SUVREMENI GRUPNI PROGRAMI FITNESA (147723).....	52
STRUČNO-TRENNERSKA PRAKSA U FITNESU II (147724)	54
MODUL – KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA – II. SEM	56
METODIKA I PROGRAMIRANJE TRENINGA SNAGE (147726)	57
METODIKA I PROGRAMIRANJE TRENINGA IZDRŽLJIVOSTI (147727).....	59
METODIKA I PROGRAMIRANJE TRENINGA BRZINE I AGILNOSTI (147728)	61
METODIKA I PROGRAMIRANJE TRENINGA KOORDINACIJE (147729).....	63
PRIMIENJENA ISTRAŽIVANJA U KONDICIJSKOJ PRIPREMI SPORTAŠA (147730)	65
STRUČNO-TRENNERSKA PRAKSA U KONDICIJSKOJ PRIPREMI SPORTAŠA II (147731)	67
SEMESTAR - SPORTOVI	69
MODUL – HRVANJE – II. SEM	70
KINEZIOLOŠKA ANALIZA HRVANJA (147844).....	71
PRIMIENJENA ISTRAŽIVANJA U HRVANJU (147845).....	74
MODELIRANJE I VREDNOVANJE KONDICIJSKE PRIPREME U HRVANJU (147846)	76
MODELIRANJE I VREDNOVANJE TEHNIČKO-TAKTIČKE PRIPREME U HRVANJU (147847)	79
SPECIFIČNOSTI RADA S DJECOM U HRVANJU (147848)	82
STRUČNO-TRENNERSKA PRAKSA U HRVANJU II (147849).....	85
MODUL – JUDO – II. SEM	87
KINEZIOLOŠKA ANALIZA JUDA (147858)	88
PRIMIENJENA ISTRAŽIVANJA U JUDU (147859)	90
MODELIRANJE I VREDNOVANJE KONDICIJSKE PRIPREME U JUDU(147860)	92
MODELIRANJE I VREDNOVANJE TEHNIČKO-TAKTIČKE PRIPREME U JUDU (147861)	94
SPECIFIČNOSTI RADA S DJECOM U JUDU (147862)	97
STRUČNO-TRENNERSKA PRAKSA U JUDU II (147863)	99
MODUL – KAJAKAŠTVO – II. SEM	101



KINEZIOLOŠKA ANALIZA KAJAKAŠTVA (163420)	102
PRIMIENJENA ISTRAŽIVANJA U KAJAKAŠTVU (163421)	104
MODELIRANJE I VREDNOVANJE KONDICIJSKE PRIPREME U KAJAKAŠTVU (163422)	106
MODELIRANJE I VREDNOVANJE TEHNIČKO-TAKTIČKE PRIPREME U KAJAKAŠTVU (163423)	108
SPECIFIČNOSTI RADA S DJECOM U KAJAKAŠTVU (163424)	111
STRUČNO-TRENNERSKA PRAKSA U KAJAKAŠTVU II (163425)	113
MODUL – KOŠARKA – II. SEM	115
KINEZIOLOŠKA ANALIZA KOŠARKE (147739)	116
PRIMIENJENA ISTRAŽIVANJA U KOŠARCI (147740)	118
MODELIRANJE I VREDNOVANJE KONDICIJSKE PRIPREME U KOŠARCI (147741)	120
MODELIRANJE I VREDNOVANJE TEHNIČKO-TAKTIČKE PRIPREME U KOŠARCI (147742)	123
SPECIFIČNOSTI RADA S DJECOM U KOŠARCI (147743)	125
STRUČNO-TRENNERSKA PRAKSA U KOŠARCI II (147744)	127
MODUL – NOGOMET – II. SEM	129
KINEZIOLOŠKA ANALIZA NOGOMETA (147746)	130
PRIMIENJENA ISTRAŽIVANJA U NOGOMETU (147747)	132
MODELIRANJE I VREDNOVANJE KONDICIJSKE PRIPREME U NOGOMETU (147748)	134
MODELIRANJE I VREDNOVANJE TEHNIČKO-TAKTIČKE PRIPREME U NOGOMETU (147749)	136
SPECIFIČNOSTI RADA S DJECOM U NOGOMETU (147750)	138
STRUČNO-TRENNERSKA PRAKSA U NOGOMETU II (147751)	140
MODUL – PLES – II. SEM	142
KINEZIOLOŠKA ANALIZA PLESA (147660)	143
PRIMIENJENA ISTRAŽIVANJA U PLESU (147661)	145
MODELIRANJE I VREDNOVANJE KONDICIJSKE PRIPREME U PLESU (147662)	147
MODELIRANJE I VREDNOVANJE SCENSKE PRIPREME U PLESU (147663)	150
SPECIFIČNOSTI RADA S DJECOM U PLESU (147664)	152
STRUČNO-TRENNERSKA PRAKSA U PLESU II (147665)	155
RASPORED ISPITNIH ROKOVA u ak. god. 2025./2026	157



RASPORED NASTAVE

ZIMSKI semestar održava se u vremenu **od 1. 10. 2025. do 23. 01. 2026.**

LJETNI semestar održava se u vremenu **od 23. 2. 2026. do 5. 6. 2026.**

RASPORED ISPITNIH ROKOVA

Redoviti ZIMSKI ISPITNI ROK traje **od 26. 1. do 20. 2. 2026.**

Redoviti LJETNI ISPITNI ROK traje **od 8. 06. do 10. 07. 2026.**

Redoviti JESENSKI ISPITNI ROK traje **od 24. 8. do 22. 9. 2026.**

UPISI

predmeta LJETNOG SEMESTRA ak. god. 2025./26. traje **od 26. 1. do 13. 2. 2026.**

UPIS u ak.godinu 2026./2027. (kolegija ZIMSKOG SEMESTRA) traje **od 14. 9. do 25. 9. 2026.**

BLAGDANI

Dan Kineziološkog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu je **03. 11. 2025.**

Božićni i novogodišnji blagdani su **od 26. 12. 2025. do 06. 1. 2026.**

Blagdani odnosno neradni dani su: **01.11. 2025.** (Svi Sveti); **18. 11. 2025.** (Dan sjećanja na žrtve Domovinskog rata i Dana sjećanja na žrtvu Vukovara i Škabrnje); **25.12.2025.** (Božić), **26.12.2025.** (Sveti Stjepan), **1. 1. 2026.** (Nova Godina), **06. 1. 2026.** (Sveta tri kralja), **5. 4. 2026.** (Uskrs),

6. 4. 2026. (Uskrsni ponedjeljak); **1. 5. 2026.** (Praznik rada); **30. 5. 2026.** (Dan državnosti);

4. 6. 2026. (Tijelovo); **22. 6. 2026.** (Dan antifašističke borbe); **5. 8. 2026.** (Dan pobjede i domovinske zahvalnosti i Dan hrvatskih branitelja); **15. 8. 2026.** (Velika Gospa).



IZVEDBENI PLAN I PROGRAM NASTAVE 1. GODINE GODINE STRUČNOG DIPLOMSKOG STUDIJA IZOBRAZBA TRENERA

I. SEMESTAR

Šifra predmeta	OBAVEZNI PREDMETI KPS, FITNES, SPORT	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
147693	Biološka kinantropologija	izv. prof. dr. sc. Maroje Sorić	45		15	7
147694	Kineziologija sporta	prof. dr. sc. Igor Jukić izv. prof. dr. sc. Sanja Šalaj	60	15	0	8
147695	Komunikologija u sportu	izv. prof. dr. sc. Sunčica Bartoluci	30	15	0	6
	Stručno-trenerska praksa I.		0	0	30	0
UKUPNO			135	30	45	21
IZBORNI PREDMETI SPORT						
	Izborni predmet/sport I		15		15	2
	Izborni predmet/sport II		15		15	2
UKUPNO			30		30	4
IZBORNI PREDMETI KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA						
	Izborni predmet/sport I		15		15	2
	Izborni predmet/sport II		15		15	2
UKUPNO			30		30	4
IZBORNI PREDMETI FITNES						
	Izborni predmet/sport I		15		15	2
	Izborni predmet/sport II		15		15	2
UKUPNO			30		30	4

Biološka kinantropologija je obavezni predmet koji se, osim u modulima Sport, Kondicijska priprema sportaša i Fitnes, sluša i u modulu Sportska rekreacija. U svim se modulima sluša u 1. godini studija, I. semestar.
Kineziologija sporta je također obavezni predmet koji se, osim u modulima Sport, Kondicijska priprema sportaša i Fitnes, sluša i u modulu Sportska rekreacija. Razlika je jedino u tome što se u modulu Sportska rekreacija sluša u 2. godini studija, III. semestar.
Biološka kinantropologija je obavezni predmet koji se, osim u modulima Sport, Kondicijska priprema sportaša i Fitnes, sluša i u modulu Sportska rekreacija. U svim se modulima sluša u 1. godini studija, I. semestar.



KONDIICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA, FITNES I SPORTOVI (HRVANJE, JUDO, KAJAKAŠTVO, KOŠARKA, NOGOMET, PLES) I. semestar

Šifra predmeta	OBAVEZNI PREDMETI KPS, FITNES, SPORT	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
147693	Biološka kinantropologija	izv. prof. dr. sc. Maroje Sorić	45		15	7
147694	Kineziologija sporta	prof. dr. sc. Igor Jukić izv. prof. dr. sc. Sanja Šalaj	60	15	0	8
147695	Komunikologija u sportu	izv. prof. dr. sc. Sunčica Bartoluci	30	15	0	6
147725	Stručno-trenerska praksa u kondicijskoj pripremi sportaša I.	prof. dr. sc. Igor Jukić prof. dr. sc. Luka Milanović	0	0	30	0
147717	Stručno-trenerska praksa u fitnesu I.	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić	0	0	30	0
147843	Stručno-trenerska praksa u hrvanju I.	prof. dr. sc. Mario Baić	0	0	30	0
147857	Stručno-trenerska praksa u judu I.	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić	0	0	30	0
163336	Stručno-trenerska praksa u kajakaštvu I.	prof. dr. sc. Nikola Prlenda	0	0	30	0
147738	Stručno-trenerska praksa u košarci I.	prof. dr. sc. Damir Knjaz izv. prof. dr. sc. Tomislav Rupčić	0	0	30	0
147745	Stručno-trenerska praksa u nogometu I.	izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić doc. dr. sc. Tihana Nemčić Bojić	0	0	30	0
147759	Stručno-trenerska praksa u plesu I.	izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	0	0	30	0



BIOLOŠKA KINANTROPOLOGIJA (147693)

Nositelj predmeta		izv.prof. dr. sc. Maroje Sorić	
kancelarija			
konzultacije		prema dogovoru e-poštom	
e-mail		maroje.soric@kif.hr	
telefon		+38513658744	
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	obvezan
Semestar	I.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	7 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica		
način izvođenja nastave	60 (45P+15V) <i>Izvedbeni sati: 30P*</i>	očekivani broj studenata na predmetu	40 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je stjecanje spoznaja o primjeni kinantropometrijskih dijagnostičkih postupaka u sportu, kondicijskoj pripremi sportaša i fitnessu o biološkim promjenama tijekom rasta i sazrijevanja djece i spolnom dimorfizmu bioloških karakteristika relevantnih za sportsku uspješnost. Cilj predmeta je i stjecanje vještine provođenja kinantropometrijskih mjerenja, analiza sastava tijela i konstitucije te njihove primjene u selekciji sportaša i praćenju te evaluaciji trenažnih postupaka.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	- Kompetencije i ishodi učenja koje će studernti steći svladavanjem ovog predmeta omogućit će im uspješnu primjenu znanja iz područja biološke kinantropologije u modeliranju i vradnovanju transformacijskih procesa u području sporta, kond pripreme sportaša i fitnessa . Na taj način će studenti uspješno realizirati visoko stručni rad u navedenim područjima djelovanja - Sukladno navedenom primarni ishodi učenja su slijedeći: - Izvođenje morfoloških kinantropometrijskih mjerenja i njihova upotreba u procjeni sastava uhranjenosti i sastava tijela; - razumijevanje procesa rasta i razvoja; - procjena razlika u sazrijevanju djece te posljedičnih razlika u sposobnostima vezanim uz sport , kondicijsku pripremu sportaša i fitness - evaluacija transformacijskih procesa za djecu i mlade temeljem kinantropometrijskih dijagnostičkih postupaka.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - izmjeriti 50 morfoloških kinantropometrijskih mjera; - izračunati sastav tijela metodom mjerenja kožnih nabora; - odrediti konstituciju sudionika u procesima treninga i vježbanja u sportu, kondicijskoj pripremi sportaša i fitnessu - razumjeti dinamiku normalnog rasta i razvoja djece; - uočiti razliku između kronološke i biološke dobi djeteta; - razumjeti razlike među spolovima relevantne za postupke planiranja i programiranja transformacijskih procesa - razumjeti osnove genetike i nasljednost pojedinih bioloških karakteristika.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Morfološka antropometrija u sportu – definicija i svrha (2P) 2. Postupci mjerenja u morfološkoj antropometriji (4P+3V) 3. Mjerenje longitudinalnih dimenzija tijela (2V) 4. Mjerenje transversalnih dimenzija tijela (2V) 5. Mjerenje cirkularnih dimenzija tijela (2V) 6. Mjerenje kožnih nabora (2V)		



	7. Analiza sastava tijela – postavke i modeli (3P+1V) 8. Terenske i laboratorijske metode za procjenu sastava tijela (4P+1V) 9. Metode procjene konstitucija u sportaša (2P+2V) 10. Čimbenici uobličavanja konstitucije (2P) 11. Varijabilnost humanog somatotipa: somatotip sportaša (2P) 12. Rast, sazrijevanje i razvoja – temeljne spoznaje i zakonitosti (4P) 13. Metode praćenja rasta. Opća krivulja rasta. (2P) 14. Čimbenici koji utječu na rast i sazrijevanje (4P) 15. Sekularni trend (2P) 16. Biološko sazrijevanje (4P) 17. Razdoblje puberteta i adolescencije (2P) 18. Metode određivanja fiziološke dobi (2P) 19. Spolni dimorfizam u prostoru morfoloških karakteristika tijela (2P) 20. Spolni dimorfizam u građi i sastavu tijela (2P) 21. Spolni dimorfizam u prostoru kardio-respiratornih sposobnosti (2P)					
Obveze studenata	Pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje na nastavi, rješavanje problemskih zadataka.					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	1	14%	projekt		
	pismeni ispit	6	86%	seminarski rad		
	usmeni ispit			ukupno	7 ECTS	
Obvezna literatura	Mišigoj-Duraković, M. (2008). Kinantropologija – biološki aspekti vježbanja. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.					
Dopunska literatura	Malina, R., Bouchard, C., Bar-Or, O. (ur.) (2004). Physical Activity, Growth, Maturation and Physical Activity. 2nd Edition. Champaign, Illinois: Human Kinetics.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



KINEZIOLOGIJA SPORTA (147694)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Igor Jukić	
kancelarija		124	
konzultacije			
e-mail		igor.jukic@kif.hr	
telefon		+38513658724	
Nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Sanja Šalaj	
kancelarija		194	
konzultacije			
e-mail		sanja.salaj@kif.hr	
telefon		+38513658779	
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	obvezan
Semestar	I.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	8 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica		
način izvođenja nastave	75 (60P+15S) <i>Izvedbeni sati: 36P*</i>	očekivani broj studenata na predmetu	40 I
ciljevi predmeta	Studenti dobivaju specijalistička znanja o stanju sporta u Hrvatskoj i svijetu, postupcima za analizu sportskih aktivnosti, mjerenju i vrednovanju stanja treniranosti te efikasnom planiranju i programiranju treninga različitih skupina sportaša. Steći će informacije za izradu strateških dokumenata razvoja sporta na državnoj, regionalnoj i lokalnoj razini.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Kompetencije, ishodi učenja i vještine koje završeni studenti stječu završetkom specijalističkog diplomskog stručnog studija za izobrazbu trenera temelje se na prethodno stečenim znanjima tijekom stručnog studija za izobrazbu trenera. One predstavljaju logičnu nadogradnju ranije stečenih znanja. Omogućit će završenim studentima najvišu razinu znanja o ustroju, upravljanju i strateškom planiranju u područjima sporta, dijagnostičkim postupcima za objektivnu procjenu stanja treniranosti kao i naprednim tehnologijama treninga, natjecanja i mjera oporavka. Na taj način će steći kompetencije za visoko stručni rad u izabranom sportu, kondicijskoj pripremi sportaša, fitnessu i sportskoj rekreaciji.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će steći potrebnu količinu znanja koja će im omogućiti razumijevanje i objašnjavanje najsloženijih stručnih poslova u području sporta općenito i izabrane sportske grane. To se posebno odnosi na: - Znanja o vladinom i nevladinom ustroju i funkcioniranju sporta i sportske rekreacije na lokalnoj regionalnoj i državnoj razini. - Znanja potrebna za strateško planiranje razvoja sporta na lokalnoj, regionalnoj i državnoj razini. - Obavljanje poslova organizacije i upravljanja u upravama za sport na lokalnoj, regionalnoj i državnoj razini. - Izrada strateških dokumenata za razvoj sporta i sportske rekreacije na lokalnoj regionalnoj i državnoj razini. - Visokostručna znanja iz područja strukturne, biomehaničke i funkcionalne analize kinezioloških aktivnosti koje predstavljaju sadržaj procesa vježbanja u svim područjima primjene.		



	- Znanja i vještine za odabir i provedbu dijagnostičkih postupaka u cilju utvrđivanja stanja pripremljenosti sudionika u procesima sportskog treninga, treninga kondicijske pripreme i fitnes programa. - Razumijevanje i primjena rezultata dijagnostičkih postupaka u provođenju transformacijskih procesa s različitim skupinama korisnika. - Oblikovanje naprednih metodičkih postupaka vježbanja i poučavanja u sportskoj pripremi. - Primjena osobnih računala u planiranju, programiranju i kontroli transformacijskih procesa u sportu. - Kreiranje, provođenje i kontrola plana i programa trenažnog procesa u sportu s osobama različitoga spola, različite dobi (od djece do odraslih) i različite kvalitete (od početnika do vrhunskih sportaša).
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	1. Kineziologija sporta: predmet, znanstvena utemeljenost i interdisciplinarnost (2P) 2. Primijenjena istraživanja u području sporta (2P) 3. Transfer znanja u sportu i sportskom treningu: znanost, teorija, struka i praksa (2P) 4. Antropološka, metodološka i metodička istraživanja kao čimbenik stručnog rada u području sporta (2P+1S) 5. Sport u europskim državama: značajke sporta u zemljama Europske unije (2P+1S) 6. Najvažniji čimbenici koji utječu na položaj i razvoj sporta: hrvatsko i svjetska iskustva (2P+1S) 7. Metode analize i modeliranja dimenzija sportaša. Rezultati istraživanja o faktorima uspješnosti u sportu. (2P+1S) 8. Dijagnostika u sportu. Primjena rezultata testiranja u planiranju, programiranju treninga i kontroli efekata treninga i natjecanja. (2P+1S) 9. Modelne karakteristike treniranosti kao kriterij za selekciju vrhunskih sportaša (2P+1S) 10. Parametri situacijske uspješnosti sportaša u sportskim granama (2P+1S) 11. Čimbenici uspješnosti sportske karijere (2P+1S) 12. Sportski trening kao transformacijski proces: Oblici trajektorija stanja treniranosti. Vrste transformacijskih učinaka. (2P) 13. Sportska natjecanja. Planiranje i provedba natjecanja. (2P) 14. Oporavak sportaša. Primjena i kontrola mjera oporavka u različitim ciklusima sportske pripreme. Nedopuštena farmakološka sredstva: doping. (2P) 15. Transfer znanja o biološkim i metodičkim principima u planiranju i programiranju treninga sportaša različite dobi, spola i kvalitete (2P+1S) 16. Kondicijska pripremljenost sportaša. Struktura i razvoj kondicijskih sposobnosti. (2P) 17. Tehnička i taktička pripremljenost sportaša. Sustavi za procjenu tehničko-taktičkih znanja. (2P) 18. Sadržaji (sredstva) sportske pripreme: primjena naprednih sadržaja trenažnog rada (2P) 19. Doziranje opterećenja. Metode za kontrolu trenažnih i natjecateljskih opterećenja. (2P) 20. Klasifikacija kondicijskih programa. Utjecaj kondicijskog treninga na organizam sportaša. (2P) 21. Periodizacija i modeliranje treninga funkcionalnih sposobnosti sportaša (2P+1S) 22. Periodizacija i modeliranje treninga motoričkih sposobnosti i morfoloških obilježja sportaša (2P+1S) 23. Programiranje poučavanja tehničko-taktičkih zadataka. Identifikacija i ispravljanje motoričkih pogrešaka. Programiranje procesa poučavanja u višegodišnjem i godišnjem ciklusu. (2P) 24. Modeliranje trenažnog procesa. Suvremen pristup periodizaciji treninga. (2P) 25. Korištenje rezultata dijagnostičkih postupaka u planiranju, programiranju treninga i kontroli učinaka treninga i natjecanja 26. Blok periodizacija godišnjeg ciklusa treninga. Algoritam kratkoročnog planiranja i programiranja. Izrada plana i programa treninga u godišnjem ciklusu. (2P+2S) 27. Blok periodizacija mezociklusa treninga. Kumulativni trenažni učinci. (2P) 28. Upravljanje akutnim i produženim učincima trenažnog rada. Operativno planiranje i programiranje treninga: mikrostruktura trenažnog rada. (2P+1S)



	29. Nove tendencije u sportu: institut (centar) za istraživanje i razvoj sporta i primijenjenu teoriju treninga. Uloga znanstvenih i stručnih institucija u razvoju i afirmaciji sporta. (2P) 30. Strategija razvoja sporta: strateško planiranje razvoja sporta na razini općine, grada, županije i Republike Hrvatske (2P+1S)					
Obveze studenata						
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	1,2	15%	projekt		
	pismeni ispit	1,6	20%	seminarski rad	1,2	15%
	usmeni ispit	4	50%	ukupno	8 ECTS	
Obvezna literatura	1 Milanović, D. (2013). Teorija treninga., Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. Milanović, D. (ur).(2001). Stanje i perspektive zagrebačkog sporta. Zbornik radova stručnog skupa: Stanje i perspektive zagrebačkog sporta. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu, Zagrebački športski savez. 3. Milanović D., Heimer, S. (ur). (1997). Dijagnostika treniranosti sportaša. Zbornik radova. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.					
Dopunska literatura	1. Milanović, D., Jukić, I., Čustonja, Z., Šimek, S. (2004). Razvojni pravci hrvatskog sporta. U: Bartoluci, M. (Ur.). Sport u turizmu. Zbornik radovamedunarodnog znanstvenog skupa „Menedžment u sportu i turizmu“. Zagrebački velesajam, 20. i 21. veljače, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 1-10. 2. Milanović, D., Jukić, I., Šalaj, S. (2010). Individualizacija trenažnog procesa u sportu. Zbornik radova 19. ljetne škole kineziologa, 36-48. 3. Milanović, D., Šalaj, S., Gregov, C. (2011). Nove tehnologije u dijagnostici pripremljenosti sportaša. Zbornik radova 20. ljetne škole kineziologa “Dijagnostika u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije”, 37-50. 4. Milanović, D., Jukić, I. (ur.) (2003). Zbornik radova Međunarodnog znanstveno-stručnog skupa: Kondicijska priprema sportaša. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački športski savez. 5. Milanović, D., Heimer, S., Matković, Br., Kulier, I. i Jukić, I. (ur.) (2002). Dopunski sadržaji sportske pripreme. Zbornik radova znanstveno-stručnog skupa,„Dopunski sadržaji sportske pripreme“. Zagreb: Kineziološki fakultet, Zagrebački športski savez, Hrvatski olimpijski odbor, Zagrebački velesajam.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



KOMUNIKOLOGIJA U SPORTU (147694)

Nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Sunčica Bartoluci	
kancelarija		141/1	
konzultacije		srijedom od 11:15-12:15 ili putem MS Teamsa	
e-mail		suncica.bartoluci@kif.hr	
telefon		+38513658608	
Vanjski suradnik		doc. dr. sc. Diana Tomić	
konzultacije		prema dogovoru mailom	
e-mail		diana.tomic@kif.hr ; dtomic@ffzg.hr	
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	obvezan
Semestar	I.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	6 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica		
način izvođenja nastave	45 (30P+15S) <i>Izvedbeni sati: 22P*</i>	očekivani broj studenata na predmetu	40 I
ciljevi predmeta	Upoznati studente s važnošću komunikacije kao ljudske djelatnosti s posebnim naglaskom na ulogu kineziologa kao važnog sudionika u komunikaciji. Utvrđivanje veze stručnih i komunikacijskih kompetencija kineziologa kao temeljnog alata za profesionalni uspjeh. Upoznavanje studenata s važnošću i društvenim utjecajem medija te sa savladavanje tehnika za uspješniji javni i medijski nastup.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	- Znaja o komunikologiji u sportu znatno će doprinjeti razini stručno trenerskog rada sportskih trenera . Program školovanja stručnih specijalista u različitim granama sporta podrazumjeva najvišu razinu komunikacije između svih subjekata uključenih u programe rada. - Osnovni ishodi učenja na razini programa su: - Razumijevanje procesa komunikacije; - identificiranje i kritičko vrednovanje kvalitete različitih oblika komunikacije; - unapređenje vlastitih komunikacijskih vještina u praksi; - razumijevanje odnosa s medijima.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - razumjeti komunikacijski fenomen i različite vrste komunikacije, - primijeniti usvojene tehnike aktivnog slušanja govora, smanjenja straha i treme i unapređenja javnog nastupa na vlastita izlaganja, - razumjeti ulogu medija u različitim područjima sporta te u kondicijskoj pripremi sportaša i u fitnessu, - održati javno izlaganje stručnoj publici, - analizirati i procijeniti različite oblike verbalne i neverbalne poruke.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari (svaka nastavna tema se obrađuje 2P+1S) 1. Uvod u kineziološku komunikologiju 2. Definiranje pojma komunikacije i komunikologije kao znanosti 3. Vrste komunikacije (intrapersonalna, interpersonalna, komunikacija u maloj grupi, javna komunikacija, masovna komunikacija) 4. Temeljni pojmovi: komunikacija, komunikator, komunikolog, komunikologija 5. Uloga i značaj kineziologa (profesora, sportaša, trenera, suca, sportskog menadžera, sportskog novinara) u procesu komunikacije 6. Verbalna komunikacija 7. Tehnike govorne izvedbe s ciljem smanjenja straha i treme pred javni nastup 8. Vrste šumova u komunikacijskom kanalu		



	9. Paralingvistički i ekstra lingvistički znakovi u komunikaciji (glasnoća, tempo, intonacija, ritam, stanke, boja glasa i ostali oblici glasanja) 10. Neverbalna komunikacija 11. Govor tijela kao „oruđe“ kineziologa. Mimika, geste i prostor. 12. Slušanje kao komunikacijski fenomen: vrste neslušanja, aktivno slušanje, tehnike unapređenja slušanja. „Silenzio stampa“ – medijska karantena. 13. Vještine javnog komuniciranja: vještine javnog nastupa, priprema, oblikovanje i izvedba 14. Mediji i sport 15. Odnosni s javnošću. Moralna panika.					
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi.					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	0,72	12%	projekt		
	pismeni ispit	1,9	32%	seminarski rad	1,4	23%
	usmeni ispit	1,88	33%	ukupno	8 ECTS	
Obvezna literatura	1. Bartoluci, S. (2008). Komunikacija i kondicijska priprema sportaša. Zbornik radova 6. godišnje međunarodne konferencije Kondicijska priprema sportaša 2008. Jukić, I., Milanović, D., Gregov, C. (ur.) Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 92-94. 2. Lucas, S. E. (2001). The art of Public Speaking. Boston: McGraw Hill. 3. Pease, A., Pease, B. (2007). Komunikacija za sva vremena. Ljubljana: Lisac i Lisac.					
Dopunska literatura	1. Bartoluci, S., Tomić, D. (2010). Komunikacijska priprema trenera ili zašto i kako „trenirati“ komunikacijske vještine?. Kondicijski trening. 8 (1): 19-23. 2. Bartoluci, S.; Tomić, D.. (2010). Aktivno slušanje – osnova komunikacijske pripreme trenera. Kondicijski trening: stručni časopis za teoriju i metodiku kondicijske pripreme. 8 (2): 6-11. 3. Miljković, D., Rijavec, M. (1999). Kako (se) dobro prezentirati? Zagreb: IEP-D2, MEP. 4. Rijavec, M., Miljković, D. (2001). Kako svladati tremu? Zagreb: IEP-D2, MEP. 5. Tomić, D., Bartoluci, S. (2011). Analiza komunikacijskih stilova hrvatskih nogometnih izbornika: Slaven Bilić i Miroslav Čiro Blažević. Kondicijski trening: stručni časopis za teoriju i metodiku kondicijske pripreme. 9 (1) 14-20.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



STRUČNO TRENERSKA PRAKSA U KONDICIJSKOJ PRIPREMI SPORTAŠA I.

(147725)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Igor Jukić	
kancelarija		124	
konzultacije			
e-mail		igor.jukic@kif.hr	
telefon		+38513658724	
Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Luka Milanović	
Kancelarija		40/2	
Konzultacije			
e-mail		luka.milanovic@kif.hr	
Telefon		+38513658602	
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	obvezan
Semestar	I.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	30 (30 V)	očekivani broj studenata na predmetu	23 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je stjecanje znanja o naprednim tehnologijama praktičnog rada u području kondicijske pripreme sportaša.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna znanja za provedbu praktičnog rada za razvoj i održavanje kondicijskih sposobnosti utemeljenog na specijalističkoj izobrazbi za dobivanje stručnog naziva stručni specijalist trenerske struke - kondicijska priprema sportaša		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će samostalno provoditi dijagnostičke postupke za određivanje stanja kondicijskih sposobnosti sportaša te praktično provoditi plan i program kondicijske pripreme na svim razinama razvoja djece, mladih i odraslih sportaša. Posebni ishodi učenja na razini predmeta su: • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu morfoloških sposobnosti sportaša. • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu funkcionalnih sposobnosti sportaša. • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu bazičnih motoričkih sposobnosti sportaša. • Organizirati i provoditi suvremene dijagnostičke postupke za procjenu stabilnosti i mobilnosti lokomotornog sustava. • Organizirati i provoditi plan i program kondicijske pripreme u različitim vremenskim ciklusima. • Organizirati i provoditi plan i program kondicijske pripreme djece, mladih i odraslih sportaša u pojedinim etapama dugoročne sportske pripreme. • Organizirati i provoditi plan i program kondicijske pripreme djece, mladih i odraslih sportaša u pojedinim dijelovima godišnjeg ciklusa treninga.		



	• Izraditi strateški plan i program kondicijske pripreme na razini kluba i reprezentativne selekcije. • Koristiti informacijske tehnologije u planiranju i programiranju kondicijske pripreme					
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	U prvoj fazi studenti će pratiti, registrirati i analizirati stručni rad istaknutih kondicijskih trenera. Popis programskih sadržaja stručno trenerske prakse s pripadajućom satnicom: • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje morfoloških karakteristika sportaša. (4V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje aerobne sposobnosti sportaša. (4V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje anaerobne sposobnosti sportaša. (4V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje bazičnih motoričkih sposobnosti sportaša. (4V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija kondicijske pripreme prilagođenim uvjetima u kojima se trenažni proces provodi. (6V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija kondicijske pripreme za razvoj jakosti sportaša. (4V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija kondicijske pripreme za razvoj brzine sportaša. (4V)					
Obveze studenata	Pohađanje stručno trenerske prakse na fakultetu (studijska grupa), u sportskim klubovima, sportskim kampovima ili tijekom priprema nacionalnih sportskih selekcija.					
Praćenje rada studenata	praktični rad		60%	projekt		
	pismeni ispit			seminarski rad		20%
	usmeni ispit		20%	ukupno		0 ECTS
Obvezna literatura	LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM TEMAMA KONDICIJSKE PRIPREME(literatura je navedena u okviru predmeta izbornog modula kondicijska priprema sportaša).					
Dopunska literatura	DOPUNSKA LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM TEMAMA KONDICIJSKE PRIPREME(literatura je navedena u okviru predmeta izbornog modula kondicijska priprema sportaša).					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



STRUČNO TRENERSKA PRAKSA U FITNESSU I. (147717)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić	
kancelarija		173	
konzultacije		srijeda 12.30 do 13.00 te prema dogovoru putem e-mail adrese ili na tel. +385 95 3658805	
e-mail		gordana-furjan-mandic@kif.hr	
telefon		+38513658773	
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	obvezan
Semestar	I.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	30 (30 V)	očekivani broj studenata na predmetu	7 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je stjecanje znanja o naprednim tehnologijama praktičnog rada u području provođenja individualnih i grupnih programa treninga fitnesa zdravih odraslih osoba, starijih osoba, te zdravstveno ugroženih osoba.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna znanja za organizaciju, upravljanje i vođenje u području fitnesa na specijalističkoj izobrazbi za dobivanje stručnog naziva stručni specijalist trenerske struke - fitnes		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će samostalno provoditi dijagnostičke postupke za zdravstvenog stanja i sposobnosti zdravih odraslih osoba, starijih osoba, te zdravstveno ugroženih osoba te praktično provoditi plan i program individualnih i grupnih treninga fitnesa. Posebni ishodi učenja na razini predmeta su: • Organizirati, provoditi i kontrolirati testiranje fitnesa zdravih odraslih osoba, starijih osoba i zdravstveno ugroženih osoba, te znati interpretirati dobivene rezultate • Organizirati, provoditi i kontrolirati procjenu energetske učinka treninga, te optimalne tjelesne mase postupcima analize sastava tijela • Definirati i objasniti temeljne principe i metode treninga s otporom i treninga fleksibilnosti • Definirati i objasniti temeljne principe i metode treninga ravnoteže i stabilizacije, te srčano-dišnog sistema • Definirati i objasniti indikacije i kontraindikacije za pojedine vrste vježbanja za starije osobe • Definirati i objasniti indikacije i kontraindikacije za vježbanje zdravstveno ugroženih osoba • Pravilno demonstrirati funkcionalne vježbe s otporom, vježbe istezanja, vježbe na kardio-trenažerima i vježbe ravnoteže, te poučavati zdrave osobe, starije osobe i zdravstveno ugrožene osobe istima. • Provoditi kratkoročne, srednjoročne i dugoročne individualne programe treninga fitnesa sa zdravim odraslim osobama, starijim osobama i zdravstveno ugroženim osobama. • Pravilno demonstrirati tehnike aerobike i ostalih grupnih fitnes programa, te poučavati zdrave osobe, starije osobe i zdravstveno ugrožene osobe istima. • Oblikovati i primjenjivati različite vrste aerobike i drugih grupnih fitnes programa s ciljem izazivanja planiranih transformacijskih učinaka • Prepoznati i primjereno reagirati u slučaju urgentnih stanja pri radu sa zdravstveno ugroženim osobama		
Sadržaj predmeta	Programski sadržaji stručno trenerske prakse realizirati će se kroz tri karakteristične faze.		



detaljno razrađen prema satnici nastave	U prvoj fazi studenti će pratiti, registrirati i analizirati stručni rad istaknutih fitnes trenera. U drugoj fazi studenti će asistirati odnosno pomagati u provedbi individualnih i grupnih treninga fitnesa mentoru i istaknutim fitnes trenerima. U trećoj fazi studenti će samostalno organizirati, oblikovati i provoditi pojedine individualne i grupne fitnes programe Popis programskih sadržaja stručno trenerske prakse s pripadajućom satnicom: • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za funkcionalnosti pokreta kod zdravih odraslih osoba. (6V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za funkcionalnosti pokreta kod starijih osoba. (6V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za funkcionalnosti pokreta kod zdravstveno ugroženih osoba. (6V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje osnovnih fiziološko-energetskih i biokemijskih reakcija tijekom treninga fitnesa kod zdravih odraslih osoba. (6V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje osnovnih fiziološko-energetskih i biokemijskih reakcija tijekom treninga fitnesa kod starijih osoba. (6V)					
Obveze studenata	Pohađanje stručno trenerske prakse u fitnes akademijama, centrima i studijima.					
Praćenje rada studenata	praktični rad			projekt		
	pismeni ispit			seminarski rad		
	usmeni ispit			ukupno	0 ECTS	
Obvezna literatura	LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM TEMAMA FITNES (literatura je navedena u okviru predmeta izbornog modula fitnes).					
Dopunska literatura	DOPUNSKA LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM TEMAMA FITNES (literatura je navedena u okviru predmeta izbornog modula fitnes).					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



STRUČNO TRENERSKA PRAKSA U HRVANJU I. (147834)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Mario Baić	
Kancelarija		136	
Konzultacije		Ponedjeljkom od 13:00 do 13:30 sati putem e maila ili telefona, a od 13:30 do 14:00 u hrvačkoj dvorani, te druge dane po prethodnom dogovoru.	
e-mail		mario.baic@kif.hr	
Telefon		+38513658736	
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	obvezan
Semestar	I.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	30 (30 V)	očekivani broj studenata na predmetu	2 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je stjecanje znanja o najnovijim tehnologijama praktičnog rada u području izabrane sportske specijalnosti.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju provoditi praktičan rad utemeljen na specijalističkoj izobrazbi za stjecanje stručnog naziva stručni specijalist trenerske struke – izabrani sport.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će samostalno provoditi dijagnostičke postupke za određivanje stanja pripremljenosti sportaša te realizirati praktičnim radom plan i program trenažnog procesa na svim razinama stupnjevito razvoja sportaša u različitim dobnim kategorijama. Posebni ishodi učenja na razini predmeta su: • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu morfoloških, funkcionalnih i motoričkih karakteristika sportaša. • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu razine tehničko taktičkih znanja sportaša. • Organizirati i provoditi planirani i programirani trenažni proces u različitim vremenskim ciklusima. • Organizirati i provoditi plan i program treninga djece i mladih sportaša u pojedinim fazama dugoročne sportske pripreme. • Organizirati, provoditi i kontrolirati plan i program treninga djece i mladih sportaša u pojedinim dijelovima godišnjeg ciklusa treninga. • Izraditi strateški plan i program razvoja sporta na lokalnoj, regionalnoj i globalnoj razini.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Programski sadržaji stručno trenerske prakse realizirati će se kroz tri karakteristične faze: U prvoj fazi studenti će pratiti, registrirati i analizirati stručni rad istaknutih trenera, u drugoj fazi studenti će asistirati odnosno pomagati u provedbi trenažnog rada mentora i istaknutih trenera. U trećoj fazi studenti će samostalno organizirati i provoditi pojedine sadržaje stručno trenerske prakse. Popis programskih sadržaja stručno trenerske prakse s pripadajućom satnicom: • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje morfoloških karakteristika sportaša. (4V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje funkcionalnih karakteristika sportaša. (4V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje bazičnih motoričkih karakteristika sportaša. (4V)		



	• Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje specifičnih motoričkih karakteristika sportaša. (4V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje situacijski pokazatelja uspješnosti u natjecateljskim uvjetima. (4V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za utvrđivanje biomehaničkih karakteristika izvedbe elemenata tehnike. (4V) • Organizirati i nadzirati provedbu dijagnostičkih postupaka za utvrđivanje efikasnosti taktičkog djelovanja sportaša. (6V)					
Obveze studenata	Pohađanje stručno trenerske prakse na fakultetu (studijska grupa), u sportskim klubovima, sportskim kampovima ili tijekom priprema nacionalnih sportskih selekcija.					
Praćenje rada studenata	praktični rad		60%	projekt		
	pismeni ispit			seminarski rad		20%
	usmeni ispit		20%	ukupno		0 ECTS
Obvezna literatura	LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM SPORTSIM SPECIJALNOSTIMA (literatura je navedena u okviru predmeta pojedine sportske specijalnosti).					
Dopunska literatura	DOPUNSKA LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM SPORTSKIM SPECIJALNOSTIMA (literatura je navedena u okviru predmeta pojedine sportske specijalnosti).					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



STRUČNO TRENERSKA PRAKSA U JUDU I. (147857)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Hvoje Sertić	
Kancelarija		155	
Konzultacije		srijedom od 11.30 do 12.30 sati	
e-mail		hrvoje.sertic@kif.hr	
Telefon		+38513658755	
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	obvezan
Semestar	I.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	30 (30 V)	očekivani broj studenata na predmetu	1 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je stjecanje znanja o najnovijim tehnologijama praktičnog rada u području izabrane sportske specijalnosti.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju provoditi praktičan rad utemeljen na specijalističkoj izobrazbi za stjecanje stručnog naziva stručni specijalist trenerske struke – izabrani sport.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će samostalno provoditi dijagnostičke postupke za određivanje stanja pripremljenosti sportaša te realizirati praktičnim radom plan i program trenažnog procesa na svim razinama stupnjevitog razvoja sportaša u različitim dobnim kategorijama. Posebni ishodi učenja na razini predmeta su: • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu morfoloških, funkcionalnih i motoričkih karakteristika sportaša. • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu razine tehničko taktičkih znanja sportaša. • Organizirati i provoditi planirani i programirani trenažni proces u različitim vremenskim ciklusima. • Organizirati i provoditi plan i program treninga djece i mladih sportaša u pojedinim fazama dugoročne sportske pripreme. • Organizirati, provoditi i kontrolirati plan i program treninga djece i mladih sportaša u pojedinim dijelovima godišnjeg ciklusa treninga. • Izraditi strateški plan i program razvoja sporta na lokalnoj, regionalnoj i globalnoj razini.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Programski sadržaji stručno trenerske prakse realizirati će se kroz tri karakteristične faze: U prvoj fazi studenti će pratiti, registrirati i analizirati stručni rad istaknutih trenera, u drugoj fazi studenti će asistirati odnosno pomagati u provedbi trenažnog rada mentora i istaknutih trenera. U trećoj fazi studenti će samostalno organizirati i provoditi pojedine sadržaje stručno trenerske prakse. Popis programskih sadržaja stručno trenerske prakse s pripadajućom satnicom: • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje morfoloških karakteristika sportaša. (4V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje funkcionalnih karakteristika sportaša. (4V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje bazičnih motoričkih karakteristika sportaša. (4V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje specifičnih motoričkih karakteristika sportaša. (4V)		



	• Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje situacijski pokazatelja uspješnosti u natjecateljskim uvjetima. (4V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za utvrđivanje biomehaničkih karakteristika izvedbe elemenata tehnike. (4V) • Organizirati i nadzirati provedbu dijagnostičkih postupaka za utvrđivanje efikasnosti taktičkog djelovanja sportaša. (6V)					
Obveze studenata	Pohađanje stručno trenerske prakse na fakultetu (studijska grupa), u sportskim klubovima, sportskim kampovima ili tijekom priprema nacionalnih sportskih selekcija.					
Praćenje rada studenata	praktični rad		60%	projekt		
	pismeni ispit			seminarski rad		20%
	usmeni ispit		20%	ukupno		0 ECTS
Obvezna literatura	LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM SPORTSIM SPECIJALNOSTIMA (literatura je navedena u okviru predmeta pojedine sportske specijalnosti).					
Dopunska literatura	DOPUNSKA LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM SPORTSKIM SPECIJALNOSTIMA (literatura je navedena u okviru predmeta pojedine sportske specijalnosti).					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



STRUČNO TRENEFSKA PRAKSA U KAJAKAŠTVU I. (163336)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Nikola Prlenda	
kancelarija			
konzultacije			
e-mail		nikola.prlenda@kif.hr	
telefon		+38513658703	
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	obvezan
Semestar	I.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	30 (30 V)	očekivani broj studenata na predmetu	1 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je stjecanje znanja o najnovijim tehnologijama praktičnog rada u području izabrane sportske specijalnosti.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju provoditi praktičan rad utemeljen na specijalističkoj izobrazbi za stjecanje stručnog naziva stručni specijalist trenerske struke – izabrani sport.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će samostalno provoditi dijagnostičke postupke za određivanje stanja pripremljenosti sportaša te realizirati praktičnim radom plan i program trenažnog procesa na svim razinama stupnjevitog razvoja sportaša u različitim dobnim kategorijama. Posebni ishodi učenja na razini predmeta su: • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu morfoloških, funkcionalnih i motoričkih karakteristika sportaša. • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu razine tehničko taktičkih znanja sportaša. • Organizirati i provoditi planirani i programirani trenažni proces u različitim vremenskim ciklusima. • Organizirati i provoditi plan i program treninga djece i mladih sportaša u pojedinim fazama dugoročne sportske pripreme. • Organizirati, provoditi i kontrolirati plan i program treninga djece i mladih sportaša u pojedinim dijelovima godišnjeg ciklusa treninga. • Izraditi strateški plan i program razvoja sporta na lokalnoj, regionalnoj i globalnoj razini.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Programski sadržaji stručno trenerske prakse realizirati će se kroz tri karakteristične faze: U prvoj fazi studenti će pratiti, registrirati i analizirati stručni rad istaknutih trenera, u drugoj fazi studenti će asistirati odnosno pomagati u provedbi trenažnog rada mentora i istaknutih trenera. U trećoj fazi studenti će samostalno organizirati i provoditi pojedine sadržaje stručno trenerske prakse. Popis programskih sadržaja stručno trenerske prakse s pripadajućom satnicom: • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje morfoloških karakteristika sportaša. (4V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje funkcionalnih karakteristika sportaša. (4V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje bazičnih motoričkih karakteristika sportaša. (4V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje specifičnih motoričkih karakteristika sportaša. (4V)		



	• Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje situacijski pokazatelja uspješnosti u natjecateljskim uvjetima. (4V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za utvrđivanje biomehaničkih karakteristika izvedbe elemenata tehnike. (4V) • Organizirati i nadzirati provedbu dijagnostičkih postupaka za utvrđivanje efikasnosti taktičkog djelovanja sportaša. (6V)					
Obveze studenata	Pohađanje stručno trenerske prakse na fakultetu (studijska grupa), u sportskim klubovima, sportskim kampovima ili tijekom priprema nacionalnih sportskih selekcija.					
Praćenje rada studenata	praktični rad		60%	projekt		
	pismeni ispit			seminarski rad		20%
	usmeni ispit		20%	ukupno		0 ECTS
Obvezna literatura	LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM SPORTSIM SPECIJALNOSTIMA (literatura je navedena u okviru predmeta pojedine sportske specijalnosti).					
Dopunska literatura	DOPUNSKA LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM SPORTSKIM SPECIJALNOSTIMA (literatura je navedena u okviru predmeta pojedine sportske specijalnosti).					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



STRUČNO TRENERSKA PRAKSA U KOŠARCI I. (147738)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Damir Knjaz	
kancelarija			
konzultacije			
e-mail		damir.knjaz@kif.hr	
telefon			
Nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Tomislav Rupčić	
kancelarija		156	
konzultacije		po dogovoru putem e-maila	
e-mail		tomislav.rupcic@kif.hr	
telefon		+38513658754	
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	obvezan
Semestar	I.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	30 (30 V)	očekivani broj studenata na predmetu	1 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je stjecanje znanja o najnovijim tehnologijama praktičnog rada u području izabrane sportske specijalnosti.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju provoditi praktičan rad utemeljen na specijalističkoj izobrazbi za stjecanje stručnog naziva stručni specijalist trenerske struke – izabrani sport.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će samostalno provoditi dijagnostičke postupke za određivanje stanja pripremljenosti sportaša te realizirati praktičnim radom plan i program trenažnog procesa na svim razinama stupnjevitog razvoja sportaša u različitim dobnim kategorijama. Posebni ishodi učenja na razini predmeta su: • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu morfoloških, funkcionalnih i motoričkih karakteristika sportaša. • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu razine tehničko taktičkih znanja sportaša. • Organizirati i provoditi planirani i programirani trenažni proces u različitim vremenskim ciklusima. • Organizirati i provoditi plan i program treninga djece i mladih sportaša u pojedinim fazama dugoročne sportske pripreme. • Organizirati, provoditi i kontrolirati plan i program treninga djece i mladih sportaša u pojedinim dijelovima godišnjeg ciklusa treninga. • Izraditi strateški plan i program razvoja sporta na lokalnoj, regionalnoj i globalnoj razini.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Programski sadržaji stručno trenerske prakse realizirati će se kroz tri karakteristične faze: U prvoj fazi studenti će pratiti, registrirati i analizirati stručni rad istaknutih trenera, u drugoj fazi studenti će asistirati odnosno pomagati u provedbi trenažnog rada mentora i istaknutih trenera. U trećoj fazi studenti će samostalno organizirati i provoditi pojedine sadržaje stručno trenerske prakse. Popis programskih sadržaja stručno trenerske prakse s pripadajućom satnicom: • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje morfoloških karakteristika sportaša. (4V)		



	• Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje funkcionalnih karakteristika sportaša . (4V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje bazičnih motoričkih karakteristika sportaša . (4V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje specifičnih motoričkih karakteristika sportaša. (4V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje situacijski pokazatelja uspješnosti u natjecateljskim uvjetima. (4V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za utvrđivanje biomehaničkih karakteristika izvedbe elemenata tehnike. (4V) • Organizirati i nadzirati provedbu dijagnostičkih postupaka za utvrđivanje efikasnosti taktičkog djelovanja sportaša. (6V)					
Obveze studenata	Pohađanje stručno trenerske prakse na fakultetu (studijska grupa), u sportskim klubovima, sportskim kampovima ili tijekom priprema nacionalnih sportskih selekcija.					
Praćenje rada studenata	praktični rad		60%	projekt		
	pismeni ispit			seminarski rad		20%
	usmeni ispit		20%	ukupno		0 ECTS
Obvezna literatura	LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM SPORTSIM SPECIJALNOSTIMA (literatura je navedena u okviru predmeta pojedine sportske specijalnosti).					
Dopunska literatura	DOPUNSKA LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM SPORTSKIM SPECIJALNOSTIMA (literatura je navedena u okviru predmeta pojedine sportske specijalnosti).					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



STRUČNO TRENERSKA PRAKSA U NOGOMETU I. (147745)

Nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić	
Kancelarija		157	
Konzultacije		srijedom od 10.00 do 11.30	
e-mail		valentin.barisic@kif.hr	
Telefon		+38513658757	
Nositelj predmeta		doc. dr. sc. Tihana Nemčić Bojić	
Kancelarija		70	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		tihana.nemcic.bojic@kif.hr	
Telefon			
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	obvezan
Semestar	I.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	30 (30 V)	očekivani broj studenata na predmetu	4 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je stjecanje znanja o najnovijim tehnologijama praktičnog rada u području izabrane sportske specijalnosti.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju provoditi praktičan rad utemeljen na specijalističkoj izobrazbi za stjecanje stručnog naziva stručni specijalist trenerske struke – izabrani sport.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će samostalno provoditi dijagnostičke postupke za određivanje stanja pripremljenosti sportaša te realizirati praktičnim radom plan i program trenažnog procesa na svim razinama stupnjevitog razvoja sportaša u različitim dobnim kategorijama. Posebni ishodi učenja na razini predmeta su: • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu morfoloških, funkcionalnih i motoričkih karakteristika sportaša. • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu razine tehničko taktičkih znanja sportaša. • Organizirati i provoditi planirani i programirani trenažni proces u različitim vremenskim ciklusima. • Organizirati i provoditi plan i program treninga djece i mladih sportaša u pojedinim fazama dugoročne sportske pripreme. • Organizirati, provoditi i kontrolirati plan i program treninga djece i mladih sportaša u pojedinim dijelovima godišnjeg ciklusa treninga. • Izraditi strateški plan i program razvoja sporta na lokalnoj, regionalnoj i globalnoj razini.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Programski sadržaji stručno trenerske prakse realizirati će se kroz tri karakteristične faze: U prvoj fazi studenti će pratiti, registrirati i analizirati stručni rad istaknutih trenera, u drugoj fazi studenti će asistirati odnosno pomagati u provedbi trenažnog rada mentora i istaknutih trenera. U trećoj fazi studenti će samostalno organizirati i provoditi pojedine sadržaje stručno trenerske prakse. Popis programskih sadržaja stručno trenerske prakse s pripadajućom satnicom: • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje morfoloških karakteristika sportaša. (4V)		



	• Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje funkcionalnih karakteristika sportaša . (4V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje bazičnih motoričkih karakteristika sportaša . (4V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje specifičnih motoričkih karakteristika sportaša. (4V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje situacijski pokazatelja uspješnosti u natjecateljskim uvjetima. (4V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za utvrđivanje biomehaničkih karakteristika izvedbe elemenata tehnike. (4V) • Organizirati i nadzirati provedbu dijagnostičkih postupaka za utvrđivanje efikasnosti taktičkog djelovanja sportaša. (6V)					
Obveze studenata	Pohađanje stručno trenerske prakse na fakultetu (studijska grupa), u sportskim klubovima, sportskim kampovima ili tijekom priprema nacionalnih sportskih selekcija.					
Praćenje rada studenata	praktični rad		60%	projekt		
	pismeni ispit			seminarski rad		20%
	usmeni ispit		20%	ukupno	0 ECTS	
Obvezna literatura	LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM SPORTSIM SPECIJALNOSTIMA (literatura je navedena u okviru predmeta pojedine sportske specijalnosti).					
Dopunska literatura	DOPUNSKA LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM SPORTSKIM SPECIJALNOSTIMA (literatura je navedena u okviru predmeta pojedine sportske specijalnosti).					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



STRUČNO TRENEFSKA PRAKSA U PLESU I. (147759)

Nositelj predmeta		izv.prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	
Kancelarija		168	
Konzultacije		utorkom od 12.30 do 13.30 sati i prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		jadranka.vlasic@kif.hr	
Telefon		+38513658769	
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	obvezan
Semestar	I.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	30 (30 V)	očekivani broj studenata na predmetu	11
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je stjecanje znanja o najnovijim tehnologijama praktičnog rada u području izabrane sportske specijalnosti.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju provoditi praktičan rad utemeljen na specijalističkoj izobrazbi za stjecanje stručnog naziva stručni specijalist trenerske struke – izabrani sport.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će samostalno provoditi dijagnostičke postupke za određivanje stanja pripremljenosti sportaša te realizirati praktičnim radom plan i program trenažnog procesa na svim razinama stupnjevitog razvoja sportaša u različitim dobnim kategorijama. Posebni ishodi učenja na razini predmeta su: • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu morfoloških, funkcionalnih i motoričkih karakteristika sportaša. • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu razine tehničko taktičkih znanja sportaša. • Organizirati i provoditi planirani i programirani trenažni proces u različitim vremenskim ciklusima. • Organizirati i provoditi plan i program treninga djece i mladih sportaša u pojedinim fazama dugoročne sportske pripreme. • Organizirati, provoditi i kontrolirati plan i program treninga djece i mladih sportaša u pojedinim dijelovima godišnjeg ciklusa treninga. • Izraditi strateški plan i program razvoja sporta na lokalnoj, regionalnoj i globalnoj razini.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Programski sadržaji stručno trenerske prakse realizirati će se kroz tri karakteristične faze: U prvoj fazi studenti će pratiti, registrirati i analizirati stručni rad istaknutih trenera, u drugoj fazi studenti će asistirati odnosno pomagati u provedbi trenažnog rada mentora i istaknutih trenera. U trećoj fazi studenti će samostalno organizirati i provoditi pojedine sadržaje stručno trenerske prakse. Popis programskih sadržaja stručno trenerske prakse s pripadajućom satnicom: • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje morfoloških karakteristika sportaša. (4V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje funkcionalnih karakteristika sportaša. (4V)		



	• Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje bazičnih motoričkih karakteristika sportaša . (4V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje specifičnih motoričkih karakteristika sportaša. (4V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje situacijski pokazatelja uspješnosti u natjecateljskim uvjetima. (4V) • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za utvrđivanje biomehaničkih karakteristika izvedbe elemenata tehnike. (4V) • Organizirati i nadzirati provedbu dijagnostičkih postupaka za utvrđivanje efikasnosti taktičkog djelovanja sportaša. (6V)					
Obveze studenata	Pohađanje stručno trenerske prakse na fakultetu (studijska grupa), u sportskim klubovima, sportskim kampovima ili tijekom priprema nacionalnih sportskih selekcija.					
Praćenje rada studenata	praktični rad		60%	projekt		
	pismeni ispit			seminarski rad		20%
	usmeni ispit		20%	ukupno	0 ECTS	
Obvezna literatura	LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM SPORTSIM SPECIJALNOSTIMA (literatura je navedena u okviru predmeta pojedine sportske specijalnosti).					
Dopunska literatura	DOPUNSKA LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM SPORTSKIM SPECIJALNOSTIMA (literatura je navedena u okviru predmeta pojedine sportske specijalnosti).					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



IZBORNI PREDMETI/SPORTOVI – KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA, FITNES, SPORTOVI – I. SEM

Šifra predmeta	IZBORNI PREDMETI/SPORTOVI	NOSITELJI	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
147712	Društveno zabavne igre	izv. prof. dr. sc. Drena Trkulja - Petković	15		15	2
147703	Kineziterapija kod različitih oboljenja	izv. prof. dr. sc. Lidija Petrinović izv. prof. dr. sc. Tatjana Trošt Bobić	15	0	15	2
147714	Osnove prehrane	prof. dr. sc. Ivančica Delaš	15	0	15	2
147707	Primjena sadržaja boričakih sportova u kondicijskoj pripremi sportaša	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić	15	0	15	2
147708	Specifična kondicijska priprema u boričakim sportovima	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić				



DRUŠTVENO ZABAVNE IGRE (147712)

Nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Drena Trkulja Petković	
kancelarija		119	
konzultacije		prema dogovoru putem e-pošte	
e-mail		drena.trkulja-petkovic@kif.hr	
telefon		+38513658719	
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	izborni
Semestar	I., III.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	30(16P+14V) Izvedbeni sati: 14P*	očekivani broj studenata na predmetu	19 I
ciljevi predmeta	Osnovni cilj predmeta je omogućiti studentima usvajanje temeljnih teorijskih i praktičnih znanja neophodnih za kvalitetno planiranje, programiranje i provođenje širokog spektra različitih društveno zabavnih igara pogodnih za primjenu u svim područjima primijenjene kineziologije.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći uvid u kompleksnost društveno-zabavnih igara te će biti u mogućnosti primijeniti stečena znanja u područjima primijenjene kineziologije (rekreacije, sporta i kineziterapije) kao i u svakodnevnom životu. Studenti će moći (prema karakteristikama korisnika) izvršiti odabir sadržaja, organizirati i provesti odgovarajuće društveno-zabavne igre, odnosno programe.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Usvojiti temeljna teorijska i praktična znanja iz društveno-zabavnih igara; - razumjeti ulogu i značaj društveno-zabavnih igara kao osnovnih i dopunskih sadržaja u područjima kineziologije; - kreirati planove i programe rada uvažavajući svrhu provedbe i specifičnosti sudionika (dob, spol, interese, potrebe kao i moguće prepreke za sudjelovanje); - ovladati metodikom primjene različitih društveno-zabavnih igara; - razumjeti utjecaj i značaj društveno-zabavnih sadržaja na psiho-sociološke karakteristike sudionika osnovnog programa rada.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Definicija, cilj i značaj društveno-zabavnih igara (1P) 2. Povijesni pregled mjesta i uloge igre u životu čovjeka (1P) 3. Mjesto i uloga društveno-zabavnih igara u sportskoj rekreaciji, sportu i kineziterapiji (1P) 4. Preduvjeti za uspješno provođenje programa (komunikacija, osobine voditelja, stručno znanje, prostori, oprema i rekviziti) (2P) 5. Kriteriji odabira igara obzirom na karakteristike korisnika (djeca, odrasli, stariji, osobe s invalidnošću, struktura grupe, preferencije) (2P) 6. Sistematizacija društveno-zabavnih igara. Igre dosjetljivosti, igre u zatvorenom i na otvorenom prostoru. (1P) 7. Igre u funkciji dopune temeljnih programa vježbanja (za vrijeme odmora između dvaju aktivnosti, u vrijeme tranzita) (1P+2V) 8. Društveno-zabavne igre kao zasebna cjelina u večernjim satima (1P+1V) 9. Igre papir-olovka, „sistemi“ (2V) 10. Modeliranje kviza (pitanja-odgovori, asocijacije, pantomima, odgonetavanje zagonetnih priča, predmeta, zanimanja i sl.) (1P+2V) 11. Standardne društvene igre (igre kartama, yumb, mister mind, monoplo, tombola, domino...) (1P+2V) 12. Igre uz glazbu, šaljive igre, diplome i dr. (1P+2V)		



	13. Modeliranje turnira (1V) 14. Vještine komunikacije i animacije neophodne za uspješnu provedbu programa aktivnosti (1P+2V) 15. Specifični metodski postupci za: izbor sadržaja, organizaciju, pravila i protokol provedbe društveno zabavnih igara (2P)					
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave i aktivan rad na nastavi.					
Praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	23%	0,46	Usmeni ispit	38,5%	0,77
	Pismeni ispit	38,5%	0,77			
	ukupno				2.0 ECTS	
Obvezna literatura	1. Allue, J.M. (2008). Velika knjiga igara – 250 igara za sve uzraste. Zagreb: Profil International d.o.o. 2. Ravkin, R. i sur. (1999). Animacija u hotelijersko-turističkoj ponudi. Opatija: Hrvatska udruga hotelijera i restauratora. 3. Trkulja Petković, D. (1999). Osobine voditelja sportske rekreacije. U: Findak, V., Delija, K. (ur.) Zbornik radova 8. ljetne škole pedagoga fizičke kulture Hrvatske, Rovinj, 26. – 30. 06. 1999., Rovinj: Savez pedagoga fizičke kulture RH, 134-137.					
Dopunska literatura	1. Trkulja Petković, D., Delibašić, Z., Podvalej, L. (2003). Preferencije osoba starije dobi prema sadržajima sportske rekreacije. Sport za sve, 21 (33-34): 81- 84. 2. Trkulja, D., Radaković, S. (1993). Neka obilježja komunikacije u sportskoj rekreaciji. U: Zbornik radova Konferencije o športu Alpe-Jadran, Rovinj, 24. -26. 06. 1993. Zagreb: Ministarstvo kulture i prosvjete RH.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



KINEZITERAPIJA KOD RAZLIČITIH OBOLJENJA (147703)

Nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Lidija Petrinović				
kancelarija		202				
konzultacije		srijedom 10:00-12:00 sati				
e-mail		lidija.petrinovic@kif.hr				
telefon		+38513658609				
Nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Tatjana Trošt Bobić				
kancelarija		202				
konzultacije		četvrtkom od 11:00-12:00 ili prema dogovoru putem e-maila				
e-mail		tatjana.trost-bobic@kif.hr				
telefon		+38513658659				
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta			izborni	
Semestar	I., III.	godina studija			II.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost			2.0 ECTS	
mjesto izvođenja						
način izvođenja nastave	30(15P+15V) Izvedbeni sati: 14P*	očekivani broj studenata na predmetu			12 I	
ciljevi predmeta	Osposobiti studente za razumijevanje određenih bolesti i oštećenja te usvajanje metodičkih znanja potrebnih za planiranje i programiranje kineziterapijskih postupaka..					
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Stjecanje specifičnih znanja iz područja kineziterapije te osposobljavanje za planiranje, organizaciju i provođenje kineziterapijskih tretmana u sportu, rekreaciji, kondicijskoj pripremi sportaša i fitnessu					
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	U oblikovanju ishoda učenja studenti će moći definirati i analizirati: - različita stanja i slabosti pojedinih sustava, - značajke pojedine bolesti ili oštećenja, - dijagnostičke postupke kojima je cilj definiranje stanja bolesti, - -metodičke postupke unutar ciljanog kineziterapijskog programa.					
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (svaka se tema obrađuje 2P+2V, osim teme pod red. br. 1. koja se obrađuje 3P+3V) 1. Osnove kineziterapijskog postupka za osobe s cerebralnom paralizom 2. Osnove kineziterapijskog postupka za osobe s progresivnom mišićnom distrofijom 3. Osnove kineziterapijskog postupka za osobe s mijastenijom gravis 4. Osnove kineziterapijskog postupka za osobe s multiplom sklerozom 5. Osnove kineziterapijskog postupka za osobe s dječjom paralizom 6. Osnove kineziterapijskog postupka kod cervikobrahijalnog sindroma 7. Osnove kineziterapijskog postupka kod lumbosakralnog sindroma					
Obveze studenata						
Praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	23%	0,46	Usmeni ispit	77%	1,54
	ukupno				2.0 ECTS	
Obvezna literatura	1. Filipović, V., Klaić, I. (2001). Važnost propriocepcije za normalnu funkciju ramena. U: Zbornik radova OTŠD Hrvatskog zbora fizioterapeuta, Zagreb. 2. Kosinac, Z. (2002). Kineziterapija lokomotornog sustava. (Udžbenik). Split: Sveučilište u Splitu.					
Dopunska literatura	1. Trošt Bobić, T., Ciliga, D., Petrinović Zekan, L. (2009). Radiogoniometrija kao rekreacijska aktivnost za slijepe osobe. U: Andrijašević, M. (ur.) Zbornik radova					



	međunarodne znanstveno-stručne konferencije „Upravljanje slobodnim vremenom sadržajima sporta i sportske rekreacije“, Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 345-351. 2. Petrinović Zekan, L., Ciliga, D. (2008). Sportske aktivnosti za osobe s oštećenjem vida. U: Andrijašević, M. (ur.) Zbornik radova Međunarodnome znanstveno-stručne konferencije „Kineziološka rekreacija i kvaliteta života“, Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 351-362. 3. Trošt, T., Ciliga, D., Petrinović Zekan, L. (2007). Dobrobit redovitog bavljenja sportsko-rekreativnim aktivnostima u odrasla čovjeka. U: Findak, V. (ur.) Zbornik radova 16. ljetne škole kineziologija Republike Hrvatske „Antropološke, metodičke, metodološke i stručne pretpostavke rada u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije“, Poreč, Zagreb: Hrvatski Kineziološki savez, 540-546. 4. Ciliga, D., Petrinović Zekan, L., Trošt, T. (2007). Boćanje kao rekreativna aktivnost za osobe s cerebralnom paralizom. U: Andrijašević, M. (ur.) Zbornik radova konferencije „Sport za sve u funkciji unapređenja kvalitete života“, Zagreb: Kineziološki fakultet, 105-112. 5. Ciliga, D., Andrijašević, M., Petrinović Zekan, L. (2006). Novi pristup u primjeni kineziterapijskog programa za osobe s cerebralnom paralizom. Odgojne znanosti, 8 (2): 497-513
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



OSNOVE PREHRANE (147714)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Ivancica Delaš				
kancelarija						
konzultacije		prema dogovoru putem e-pošte				
e-mail		ivancica.delas@kif.hr				
telefon		01/45 66 757				
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta			izborni	
Semestar	I., III.	godina studija			II.	
uvjeti za upis predmeta	Nema uvjeta za upis	bodovna vrijednost			2.0 ECTS	
mjesto izvođenja						
način izvođenja nastave	30 (20P+10V) Izvedbeni sati: 14P**	očekivani broj studenata na predmetu			14 I	
ciljevi predmeta		Upotpuniti teorijska znanja o značaju i ulozi prehrane u očuvanju i unapređenju zdravlja. Naučiti studente osnovama planiranja prehrane u procesu pojačane tjelesne aktivnosti.				
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi		Organizacija stručnog rada u sportskoj rekreaciji u različitim uvjetima i za različite potrebe sa svrhom i ciljem edukacije te zaštite i unapređenja zdravlja. Rad u timu sa stručnjacima iz drugih područja.				
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta		Student će moći: - integrirati temeljna znanja iz fiziologije prehrane i praktično ih primijeniti; - procijeniti nutritivni status; - procijeniti potrebe za energijom i pojedinim nutritivnim sastojcima; - isplanirati uravnoteženu prehranu; - prepoznati poremećaje u prehrani; - analizirati i procijeniti očekivane prednosti i potencijalne rizike dodataka prehrani.				
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave		Predavanja i vježbe 1. Značaj i uloga prehrane u očuvanju zdravlja (2P) 2. Procjena nutritivnog statusa (2V) 3. Iskorištavanje hrane u organizmu: probava, resorpcija, metabolizam (2P) 4. Ravnoteža energetske potrebe i unosa (2V) 5. Metabolizam ugljikohidrata (2P) 6. Metabolizam proteina (2P) 7. Metabolizam masti (2P) 8. Vitamini (2P) 9. Voda i mineralne tvari (2P) 10. Planiranje optimalne prehrane (2P+2V) 11. Kvalitativna i kvantitativna analiza obroka (4V) 11. Poremećaji prehrane i kako ih prepoznati (2P) 12. Dodaci prehrani (2P)				
Obveze studenata		pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi.				
Praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	23%	0,46	Usmeni ispit	50%	1
	Seminarski rad	27%	0,54			
	ukupno				2.0 ECTS	
Obvezna literatura		Živković, R. (2002). Dijetetika. Zagreb: Medicinska naklada, Zagreb.				



Dopunska literatura	1. Delaš, I. (2011). Prehrana i sportska rekreacija – zajedno u službi zdravlja. u: Andrijašević, M., Jurakić, D. (ur.) Sportska rekreacija u funkciji unapređenja zdravlja, zbornik, Osijek: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. http://www.who.int/nutrition/topics/en/
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



PRIMJENA SADRŽAJA BORILAČKIH SPORTOVA U KONDICIJSKOJ

PRIPREMI SPORTAŠA (147707)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Hvoje Sertić	
Kancelarija		155	
Konzultacije		srijedom od 11.30 do 12.30 sati	
e-mail		hrvoje.sertic@kif.hr	
Telefon		+38513658755	
Nastavnik		izv.prof. dr. sc. Ivan Segedi	
kancelarija		152	
konzultacije		Konzultacije po dogovoru - dogovor oko konzultacija se vrši preko mail adrese ivan.segedi@kif.hr (najmanje 5 radnih dana prije željenog termina konzultacija) Zbog izvođenja nastave u dvorani za borilačke sportove i dužeg trajanja praktičnog dijela konzultacija, nismo u mogućnosti utvrditi fiksni termin konzultacija te se iz tog razloga iste dogovaraju u direktnoj komunikaciji student - profesor	
e-mail		ivan.segedi@kif.hr	
telefon			
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	izborni
Semestar	I., III.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	30 (16P+14V) Izvedbeni sati: 14P*	očekivani broj studenata na predmetu	16 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je primjena sadržaja borilačkih sportova u kondicijskoj pripremi sportaša, to jest upoznati studente s adekvatnim sadržajima primjenjivim u procesu višestrane i bazične kondicijske pripreme u ostalim sportovima.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će usvojiti znanja koja će im omogućiti uspješno stručno djelovanje u sportu kao i primjenu spoznaja o različitim mogućnostima, načinima i vrstama kondicijske pripreme sportaša.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će usvojiti znanja o primjeni specifičnih struktura borilačkih sportova u području višestrane i bazične kondicijske pripreme u ostalim sportovima. Studenti će usvojiti znanja o specifičnim metodama vježbanja u borilačkim sportovima, a koje mogu biti inkorporirane u kondicijski trening u ostalim sportovima Studenti će usvojiti znanja o zakonitostima vježbanja s partnerom Studenti će proširiti znanja glede mogućnosti primjene različitih specifičnih sadržaja sportova u različite strukturno slične i manje slične sportove.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	1. Primjena elemenata padova u kondicijskoj pripremi sportaša (2P+2V) 2. Primjena elemenata hvatova u kondicijskoj pripremi sportaša (2P+2V) 3. Primjena elemenata bacanja u kondicijskoj pripremi sportaša (2P+2V) 4. Primjena elemenata udaraca u kondicijskoj pripremi sportaša (2P+2V) 5. Primjena modificiranih oblika borbe u stojećem stavu u kondicijskoj pripremi sportaša (2P+2V)		



	6. Primjena modificiranih oblika borbe u parternoj poziciji u kondicijskoj pripremi sportaša (2P+2V) 7. Osnovne značajke vježbanja s partnerom (2P+2V) 8. Osnovne značajke specifičnih metoda vježbanja u borilačkim sportovima (1P+1V)					
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi.					
Praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	23%	0,46	Usmeni ispit	77%	1,54
	ukupno				2.0 ECTS	
Obvezna literatura	Sertić, H. (2004). Osnove borilačkih sportova. Zagreb: Kineziološki fakultet. Kuleš, B. (1997). Trening karatista. Zagreb: SN Liber.					
Dopunska literatura						
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



SPECIFIČNA KONDICIJSKA PRIPREMA U BORILAČKIM SPORTOVIMA

(147708)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Hvoje Sertić	
Kancelarija		155	
Konzultacije		srijedom od 11.30 do 12.30 sati	
e-mail		hrvoje.sertic@kif.hr	
Telefon		+38513658755	
Nastavnik		izv.prof. dr. sc. Ivan Segedi	
kancelarija		152	
konzultacije		Konzultacije po dogovoru - dogovor oko konzultacija se vrši preko mail adrese ivan.segedi@kif.hr (najmanje 5 radnih dana prije željenog termina konzultacija) Zbog izvođenja nastave u dvorani za borilačke sportove i dužeg trajanja praktičnog dijela konzultacija, nismo u mogućnosti utvrditi fiksni termin konzultacija te se iz tog razloga iste dogovaraju u direktnoj komunikaciji student - profesor	
e-mail		ivan.segedi@kif.hr	
telefon			
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	izborni
Semestar	I., III.	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	30 (16P+14V) Izvedbeni sati: 14P*	očekivani broj studenata na predmetu	17 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je specifična kondicijska priprema u borilačkim sportovima to jest omogućiti studentima usvajanje temeljnih teorijskih i praktičnih znanja o specifičnostima i zakonitostima kondicijskog treninga u polistrukturalnim sportskim disciplinama – borilačkim sportovima te o utjecaju kondicijske pripreme na natjecateljski rezultat u borilačkim sportovima..		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Nakon apsolviranja predmeta studenti će dobiti polazne osnove za izradu, provedbu i kontrolu metodički ispravnog kondicijskog trenažnog procesa kod sportaša u borilačkim sportovima s obzirom na dobne uzraste, težinske kategorije i natjecateljske razine.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu uvid u razliku kondicijske pripreme između udaračkih i hrvačkih borilačkih sportova. Studenti stječu znanja o hijerarhiji motoričkih i funkcionalnih sposobnosti za uspjeh u udaračkim i hrvačkim borilačkim sportovima. Studenti stječu znanja o specifičnostima kondicijskog treninga motoričkih sposobnosti u borilačkim sportovima Studenti stječu znanja o specifičnostima kondicijskog treninga funkcionalnih sposobnosti u borilačkim sportovima. Studenti stječu znanja o specifičnostima kondicijskog treninga u homogeniziranim grupama sportaša s obzirom na težinsku kategoriju.		



Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Hipotetska jednadžba specifikacije u borilačkim sportovima (2P) 2. Specifičnosti metoda vježbanja u borilačkim sportovima (2P+2V) 3. Razvoj snage i brzine u borilačkim sportovima (2P+2V) 4. Razvoj koordinacije, fleksibilnosti, preciznosti i ravnoteže u borilačkim sportovima (2P+2V) 5. Razvoj aerobnih sposobnosti u borilačkim sportovima (2P+2V) 6. Razvoj anaerobnih sposobnosti u borilačkim sportovima (2P+2V) 7. Specifičnosti kondicijske pripreme u borilačkim sportovima s obzirom na težinsku kategoriju natjecatelja (2P+2V) 8. Specifičnosti kondicijske pripreme u borilačkim sportovima s obzirom na godišnji trenažni period u borilačkim sportovima (2P+2V)					
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi.					
Praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	23%	0,46	Usmeni ispit	77%	1,54
	ukupno				2.0 ECTS	
Obvezna literatura	Sertić, H. (2004). Osnove borilačkih sportova. Kineziološki fakultet, Zagreb. Lucić, J., Gržeta, M. (2000). Judo u hrvatskoj vojsci. Zagreb, Ministarstvo obrane Republike Hrvatske Lucić, J., Gržeta, M. (2006). Judo u hrvatskoj vojsci – knjiga druga. Zagreb, Ministarstvo obrane Republike Hrvatske..					
Dopunska literatura	1. Krstulović, S., Sekulić, D., Sertić, H. (2005). Anthropological determinants of Success in young Judoists. Collegium Antropologicum 29 (2): 315-322. 2. Vidranski, T., Sertić, H., Segedi, I. (2007). Utjecaj programiranog devetomjesečnog treninga karatea na promjene motoričkih obilježja dječaka od 9 do 11 godina. Hrvatski športskomedicinski vjesnik, 22 (1): 25-31. 3. Baić, M., Sertić, H., Cvetković, Č. (2006). Differences in physical fitness level of variably successful greco-roman wrestlers. Kinesiologia Slovenica, Vol 12 (2): 5-13. 4. Sertić, H., Segedi, I., Segedi, S. (2008). Analiza nekih dimenzija snage u judu, karateu i boksu. u: Jukić, I., Milanović, D., Gregov, C. (ur.) Zbornik radova 6. godišnja međunarodna konferencija Kondicijska priprema sportaša 2008, 22-23. veljače, Zagreb, 141-144.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



II. SEMESTAR

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Modul SPORT						
	Kineziološka analiza IZABRANOG SPORTA		23	22	0	6
	Primijenjena istraživanja u IZABRANOM SPORTU		16	14	0	4
	Modeliranje i vrednovanje kondicijske pripreme u IZABRANOM SPORTU		23	22	0	6
	Modeliranje i vrednovanje tehničko-taktičke pripreme u IZABRANOM SPORTU		46	44	0	8
	Specifičnosti rada s djecom u IZABRANOM SPORTU		30	30	0	6
	Stručno-trenerska praksa u IZABRANOM SPORTU II.		0	0	45	5
UKUPNO			138	132	45	35
Modul KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA						
147726	Metodika i programiranje treninga snage	prof. dr. sc. Igor Jukić prof. dr. sc. Luka Milanović	23	0	22	6
147727	Metodika i programiranje treninga izdržljivosti	izv. prof. dr. sc. Daniel Bok	23	0	22	6
147728	Metodika i programiranje treninga brzine i agilnosti	prof. dr. sc. Igor Jukić prof. dr. sc. Luka Milanović	23	0	22	6
147729	Metodika i programiranje treninga koordinacije	prof. dr. sc. Igor Jukić prof. dr. sc. Luka Milanović	23	0	22	6
147730	Primijenjena istraživanja u kondicijskoj pripremi sportaša	prof. dr. sc. Igor Jukić prof. dr. sc. Luka Milanović	23	0	22	6
147731	Stručno-trenerska praksa kondicijskoj pripremi sportaša II.	prof. dr. sc. Igor Jukić prof. dr. sc. Luka Milanović	0	0	45	5
UKUPNO			115	0	155	35
Modul FITNES						
147718	Menadžment i poduzetništvo u fitnessu	prof. dr. sc. Mato Bartoluci prof. dr. sc. Sanela Škorić	30	30	0	6
147720	Marketing menadžment u fitnessu	prof. dr. sc. Sanela Škorić	30	15	0	6
147721	Psihologija motivacije i vođenja	prof. dr. sc. Renata Barić	32	4	9	6
147722	Funkcionalni trening s otporom	izv. prof. dr. sc. Saša Vuk	30	0	30	6
147723	Suvremeni grupni programi fitnesa	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić	35	0	25	6
147724	Stručno-trenerska praksa u fitnessu II.	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić	0	0	45	5
UKUPNO			157	49	109	35



MODUL – FITNES – II. SEM

Modul FITNES						
147718	Menadžment i poduzetništvo u fitnessu	prof. dr. sc. Mato Bartoluci prof. dr. sc. Sanela Škorić	30	30	0	6
147720	Marketing menadžment u fitnessu	prof. dr. sc. Sanela Škorić	30	15	0	6
147721	Psihologija motivacije i vođenja	prof. dr. sc. Renata Barić	32	4	9	6
147722	Funkcionalni trening s otporom	izv. prof. dr. sc. Saša Vuk	30	0	30	6
147723	Suvremeni grupni programi fitnessa	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić	35	0	25	6
147724	Stručno-trenerska praksa u fitnessu II.	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić	0	0	45	5
UKUPNO			157	49	109	35



MENADŽMENT I PODUZETNIŠTVO U FITNESU (147718)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Mato Bartoluci	
kancelarija		mbartoluci@efzg.hr	
Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Sanela Škorić	
kancelarija		121	
konzultacije		prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		sanela.skoric@kif.hr	
telefon		+38513658721	
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	6 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	60 (30P+30S) <i>Izvedbeni sati: 30P*</i>	očekivani broj studenata na predmetu	71
ciljevi predmeta	U okviru ovog predmeta studenti će se upoznati s osnovama poduzetništva i menadžmenta kao i mogućnostima njegove primjene u fitnessu.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Primijeniti znanje i razumijevanje koncepata, principa i teorije iz područja poduzetništva u fitnessu. Identificirati i analizirati mogućnosti primjene principa menadžmenta u fitnessu.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - spoznati terminologiju poduzetništva; - spoznati aktivnosti upravljanja poduzetničkim projektima; - izraditi i analizirati poslovne planove; - spoznati i primijeniti aktivnosti upravljanja u fitness centrima.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Fitness kao poslovna aktivnost. Način organizacije fitnessa. Temeljni resursi fitnessa (objekti, oprema, ljudski kapital). (2P+2S) 2. Nositelji poslovnih aktivnosti u fitnessu: fitness centri, fitness udruge, proizvođači fitness opreme, i dr. Oblici vlasništva u fitnessu. (2P+2S) 3. Pojam poduzetništva. Nastanak poduzetništva. Suvremeno poduzetništvo. (2P) 4. Temeljni faktori poduzetništva: materijalni, financijski, ljudski. (2P+2S) 5. Upravljanje poduzetničkim procesima. Pojam imovine. Vrste imovine. Upravljanje imovinom. (2P+2S) 6. Pojam i vrste prihoda. Pojam i vrste troškova. Zakonitosti ponašanja troškova. Upravljanje prihodima i troškovima. Upravljanje poslovnim rezultatom. (2P+2S) 7. Pokazatelji uspješnosti poslovanja: produktivnost, ekonomičnost, rentabilnost, likvidnost i drugi pokazatelji uspješnosti poslovanja. (2P+2S) 8. Upravljanje poduzetničkim projektima fitnessa. Pojam poslovnog plana. Poslovni plan kao metodološki obrazac za pokretanje poduzetničkih projekata u fitnessu. (2P+2S) 9. Pojam investicija. Upravljanje investicijskim projektima u fitnessu. „Feasibility“ studija. Pokazatelji ekonomske efikasnosti investicija u fitnessu. (2P+2S) 10. Pojam rizika. Vrste rizika. Odnos rizika i neizvjesnosti. Upravljanje rizicima ulaganja u fitnessu. (2P+2S) 11. Pojam javno-privatnog partnerstva. Koncept javno-privatnog partnerstva u fitnessu. Prednosti i nedostaci javno-privatnog partnerstva. Prava i odgovornosti svih strana. (2P+2S)		



	12. Odnos menadžmenta i poduzetništva. Funkcije menadžera i poduzetnika u fitnesu. (2P+2S) 13. Upravljanje poslovanjem fitnes centra. Modeli upravljanja. (2P+2S) 14. Pojam menadžera. Menadžeri u fitnes centrima. Znanja, vještine i kompetencije menadžera u fitnes centrima. (2P+2S) 15. Strateški menadžment u fitnes centrima. Definiranje misije. Poslovne politike vezane uz klijente. Zapošljavanje osoblja. CRM (<i>Customer Relationship Management</i>). (2P+2S) 16. Upoznavanje studenata s pravilima za izradu seminarskih radova i dodjela tema. (2S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave i aktivan rad na nastavi. Izrada seminarskih radova i ostalih zadataka.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	1	17%	Seminarski rad	2	33%
	Pismeni ispit			Praktični rad		
	Kolokviji	3	50%	ukupno	6 ECTS	
obvezna literatura	1. Škrtić, M. (2008). Osnove poduzetništva i menadžmenta. Karlovac: Veleučilište u Karlovcu. 2. Bartoluci, M., Škorić, S. (2009). Menadžment u sportu. Zagreb: Odjel za izobrazbu trenera Društvenog veleučilišta u Zagrebu, Kineziološki fakultet.					
dopunska literatura	1. Beech, J., Chadwick, S. (ur.) (2010). Sportski menadžment. (prijevod) Zagreb: MATE d.o.o. 2. Kamberović, R., Fada, G., Meyer, M. (2007). Selbständig in der Fitnesswirtschaft. Hamburg: SSV-Verlag					
način praćenja kvalitete	Anonimna anketa studenata.					



MARKETING MENADŽMENT U FITNESSU (147720)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Sanela Škorić	
kancelarija		121	
konzultacije		prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		sanela.skoric@kif.hr	
telefon		+38513658721	
studijски program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	6 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	45 (30P+15S) <i>Izvedbeni sati: 22P*</i>	očekivani broj studenata na predmetu	71
ciljevi predmeta	U okviru ovog predmeta studenti će se upoznati s osnovama sportskog marketinga kao i mogućnostima njegove primjene u fitness centrima.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Primijeniti znanje i razumijevanje koncepata, principa i teorije iz područja upravljanja marketingom u fitnessu. Identificirati i analizirati mogućnosti primjene marketinških principa u fitnessu.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - razumjeti terminologiju marketinga; - spoznati važnost upravljanja marketinškim aktivnostima; - primijeniti osnovne marketinške alate u području fitnesa; - izraditi i analizirati marketinške planove.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Osnove marketinga. Uvod u marketing. Definiranje marketinga. Osnovna značenja i viđenja marketinga. Osnovne koncepcije marketinga. Marketingusluga. Marketing danas. (2P) 2. Uvod u sportski marketing. Pojam i važnost marketinga u sportu. Marketing u sportu ili sportski marketing. Karakteristike i veličina sportskog tržišta. Pojam i elementi marketinškog miksa u sportu. (2P) 3. Elementi marketinškog miksa: proizvod. Pojam proizvoda u sportu i fitnessu. Oblici sportskih proizvoda. Karakteristike sportskih proizvoda. Pojam branda. (2P+2S) 4. Elementi marketinškog miksa: promocija. Pojam promocije. Proces komunikacije. Elementi promotivnog spleta. Važnost pojedinih oblika promocije za fitness centre. (2P+2S) 5. Elementi marketinškog miksa: distribucija. Osnovni koncepti distribucije. Kanali distribucije. Fizička distribucija. Karakteristike distribucije u sportu i fitness centrima. (2P) 6. Elementi marketinškog miksa: cijena. Definiranje cijene. Determinante određivanja cijene: vanjski faktori, potražnja, ekonomija, konkurencija. Strategije određivanja cijene. (2P+2S) 7. Analiza tržišta i okruženja. Pojam i proces analize tržišta. Pojam tržišta. Pojam konkurencije. Vanjsko i unutarnje okruženje. SWOT analiza. (2P) 8. Analiza tržišta i okruženja na tržištu fitnesa. Karakteristike tržišta fitness uslugama. Trendovi prisutni na tržištu fitnesa i odgovor fitness industrije. Poticaji na promjene na tržištu fitnesa. (2P+2S) 9. Istraživanje tržišta. Pojam istraživanja. Definiranje problema istraživanja. Odabir vrste istraživanja. Kreiranje istraživanja o potrebama tržišta za fitnessom. (2P)		



	10. Tržište potražnje za uslugama fitnesa. Pojam potrošača. Razumijevanje sudionika kao potrošača. Donošenje odluka o potrošnji. Karakteristike korisnika usluga fitnesa. Tržište fitnesa u Europi. Tržište fitnesa u Hrvatskoj. (2P+2S) 11. Definiranje strategije marketinga. Proces definiranja strategije sportskog marketinga: planiranje, implementacija i kontrola. Marketinške strategije: penetracija tržišta, razvoj tržišta, razvoj ponude, diverzifikacija. Mogućnosti primjene pojedinih strategija u fitnes centrima. (2P) 12. Proces segmentacija tržišta. Pojam i proces segmentacije. Segmentacija sportskog tržišta. Segmentacija tržišta fitnesa. Tržišne niše u fitnesu. (2P+2S) 13. Marketinško planiranje i marketing planovi. Planiranje. Marketinško planiranje. Faze planiranja. Marketing planovi. Vrste marketing planova. Sadržaj marketing planova. Primjer izrade marketing plana. (2P+2S) 14. Sponzorstva. Pojam sponzorstva. Karakteristike sponzorskih programa. Ciljevi sponzorstava. Mogućnosti primjene sponzorstava u fitnes centrima. (2P) 15. Neke specifičnosti upravljanja marketingom u fitnes centrima. Pojam upravljanja marketingom. Specifičnosti marketinga u fitnes centrima. (2P) 16. Upoznavanje studenata s pravilima za izradu seminarskih radova i dodjela tema. (1S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave i aktivan rad na nastavi. Izrada seminarskih radova i ostalih zadataka.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	0,72	12%	Seminarski rad	1,28	21%
	Pismeni ispit	(4)	(67%)	Praktični rad		
	Kolokviji	4	67%	ukupno	6 ECTS	
obvezna literatura	Bartoluci, M., Škorić, S. (2009). Menadžment u sportu. Zagreb: Odjel za izobrazbu trenera Društvenog veleučilišta u Zagrebu, Kineziološki fakultet. Mullin, B., Hardy, S., Sutton, W. (2007). Sport Marketing. Champaign: Human Kinetics.					
dopunska literatura	Shank, M.D. (2002). Sports Marketing: A Strategic Perspective. New Jersey: Prentice Hall Kamberović, R., Fada, G., Meyer, M. (2007). Selbständig in der Fitnesswirtschaft. Hamburg: SSV-Verlag .					
način praćenja kvalitete	Anonimna anketa studenata.					



PSIHOLOGIJA MOTIVACIJE I VOĐENJA (147721)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Renata Barić	
Kancelarija		141	
Konzultacije		Ponedjeljak 12:15-13:15 Konzultacije za studente sportaše - četvrtkom u 13h (potreban prethodni dogovor radi termina)	
e-mail		renata.baric@kif.hr	
Telefon		+38513658741	
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	6 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	45 (32P+9V+4S) <i>Izvedbeni sati: 22P*</i>	očekivani broj studenata na predmetu	71
ciljevi predmeta	Studenti će se upoznati sa suvremenim teorijama i konstruktima iz područja motivacije i rukovođenja u sportu. Upoznat će se s pozitivnim i negativnim utjecajima tjelesnog vježbanja na psihološke karakteristike i kvalitetu života vježbača. Upoznat će se s modelima promjene ponašanja vježbača. Studenti će naučiti prepoznati, analizirati i razlikovati potrebe sportaša i vježbača, kao i probleme i izazove psihološke prirode pred kojima se kineziolog može naći u svom poslu, te će usvojiti učinkovite strategije motiviranja korisnika i djelatnika. Studenti će se upoznati s osnovama selekcijskog procesa te s osnovnim pretpostavkama uspješnog rukovođenja.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će: - razumjeti na koji način motivacijske varijable utječu na sudjelovanje u sportskoj aktivnosti; - naučiti na koji način različiti faktori i obilježja sportskog okruženja djeluju na motivaciju sportaša/vježbača; - naučiti učinkovito primijeniti stečeno znanje iz područja motivacije u području motiviranja korisnika i djelatnika; - dobiti osnovna znanja iz područja rukovođenja te razviti neke vještine upravljanja.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će: - usvojiti osnovna znanja o motivaciji, motivacijskim konceptima i njihovom djelovanju u sportskom i rekreativnom okruženju; - upoznati se s osnovnim teorijskim modelima motivacije u sportu; - naučiti ispitati i prepoznati potrebe i motive za vježbanje kod vježbača i sportaša; - znati razlikovati dispozicijske i situacijske utjecaje koji mogu djelovati na motivaciju vježbača/sportaša te naučiti osnovne strategije motiviranja sukladno potrebama korisnika; - upoznati se s pozitivnim i negativnim aspektima trenerova rukovođenja i ponašanja te s utjecajem takvih obrazaca ponašanja na oblikovanje motivacije; - usvojiti strategije i postupke za oblikovanje poželjne motivacijske klime; - upoznati se s osnovnim principima selekcije kadrova i usvojiti osnovna praktična znanja koja pomažu pri odabiru kvalitetnog tima; - upoznati se s konceptom situacijskog vođenja i osnovnim načelima uspješne komunikacije rukovoditelja; - naučiti osnovne tipove rukovoditelja te usvojiti neke praktične principe rukovođenja uspješnog radnog tima.		



sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja, seminari i vježbe					
	1. Tjelesna aktivnost, sport i tjelesno vježbanje – socio-psihološki fenomeni (2P)					
	2. Motivacijski koncepti u sportu i tjelesnom vježbanju (4P)					
	3. Motivacijska struktura vježbača (2P)					
	4. Zašto ljudi ne vježbaju? (2P)					
	5. Teorije promjene ponašanja (2P)					
	6. Psihološke dobrobiti tjelesnog vježbanja (psihološki i zdravstveni aspekti) (4P)					
	7. Tjelesno vježbanje i kvaliteta života (2P)					
	8. Negativni aspekti tjelesnog vježbanja (ovisnost o vježbanju, sagorijevanje, poremećaji prehrane) (2P)					
	9. Kako motivirati? (postavljanje ciljeva, povratne informacije, individualno praćenje napretka) (4V)					
	10. Glavne zadaće suvremenog menadžmenta – psihološka perspektiva: od vizije preko strategije do rezultata (2P)					
	11. Odabir kadrova – kako pronaći, prepoznati i odabrati budući tim (2P)					
	12. Komunikacija – ključ uspješnog rukovođenja (2P+2V)					
	13. Situacijsko vođenje – alat za razvoj kompetentnih djelatnika (2P)					
	14. Trener kao model (2P)					
	15. Leadership – kako stvoriti i voditi pobjednički tim (2P+2V)					
	16. Prezentacija seminarskih radova (4S)					
17. Priprema za ispit i ponavljanje (1V)						
obveze studenata						
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	0,72	12%	Seminarski rad	1,28	21%
	Pismeni ispit	2	33,5%	Praktični rad		
	Usmeni ispit	2	33,5%	ukupno	6 ECTS	
obvezna literatura	Horga, S. (2009). Psihologija sporta. Zagreb: Kineziološki fakultet.					
dopunska literatura	1. Cox, R.H. (2005). Psihologija sporta. Jastrebarsko: Naklada Slap.					
	2. Barić, R. (2007). The relationship of coach's leadership behaviour and his motivational structure with athletes' motivational tendencies. Dissertation. Ljubljana: Filozofski fakultet, Odsjek za psihologiju.					
	3. Greblo, Z., Pedišić, Ž., Jurakić, D. (2008). Relationship between exercise frequency and self-perceived mental health. In: Milanović, D., Prot, F. (Eds.) Kinesiology research trends and applications, Zagreb: Faculty of Kinesiology, 814-817.					
	4. Jurakić, D., Pedišić, Ž., Greblo, Z. (2010). Physical activity in different domains and health-related quality of life: a population-based study. Quality of life research. 19 (9): 1303-1309.					
	5. Tušak, M. (2003). Strategije motiviranja v športu. Ljubljana: Fakulteta za šport. Inštitut za šport.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



FUNKCIONALNI TRENING S OTPOROM (147722)

Nastavnik		izv. prof. dr. sc. Saša Vuk				
Kancelarija		140/1				
Konzultacije		prema dogovoru e-mailom				
e-mail		sasa.vuk@kif.hr				
Telefon						
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta			Specijalistički	
semestar	II.	godina studija			I.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost			6 ECTS	
mjesto izvođenja	predavaonica					
način izvođenja nastave	60 (30P+30V) <i>Izvedbeni sati: 30P*</i>	očekivani broj studenata na predmetu			71	
ciljevi predmeta	Predstaviti temeljne neuro-mehaničke osnove funkcionalnog treninga s otporom. Predstaviti naprednu podjelu sadržaja (vježbi) i metoda rada u treningu s otporom. Usvajanje i usavršavanje izvedbe funkcionalnih vježbi s otporom. Usvajanje naprednih metodičkih postupaka poučavanja i vježbanja u funkcionalnom treningu s otporom. Usvajanje principa progresije u funkcionalnom treningu s otporom.					
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će naučiti temeljne principe funkcionalnog treninga s otporom, primjenjivati tehnike izvođenja funkcionalnih vježbi s otporom i naučiti oblikovati adekvatan funkcionalni trening s otporom u odnosu na početna i tranzitivna stanja treniranosti zdravih osoba u fitnessu.					
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušanog i položenog predmeta studenti će moći: - učinkovito i sigurno poučavati zdrave osobe različite dobi, spola i razine tjelesne aktivnosti tehnikama izvedbe funkcionalnih vježbi s otporom; - odabirati optimalne sadržaje i metode vježbanja u treningu s otporom zdravih osoba s ciljem unaprjeđenja lokomotorne funkcije i prevencije mišićnoskeletnih ozljeda; - razumjeti i uspješno primjenjivati principe sigurnosti i progresije u funkcionalnom treningu s otporom; - razumjeti specifičnost odabira sadržaja i metoda rada u funkcionalnom treningu s otporom s obzirom na tjelesno držanje i tjelesnu građu zdravih osoba.					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Uvod. Definicija funkcionalnog treninga. (2P) 2. Vrste otpora u funkcionalnom treningu i njihova biomehanička obilježja (2P+4V) 3. Podjela sadržaja u funkcionalnom treningu s otporom (2P) 4. Principi progresije u funkcionalnom treningu s otporom (2P+4V) 5. Funkcionalni trening s dvoručnim utezima (4P+4V) 6. Funkcionalni trening s jednoručnim utezima i girjama (4P+4V) 7. Funkcionalni trening s vlastitom tjelesnom težinom (4P+4V) 8. Funkcionalni trening s elastičnim otporom (2P+4V) 9. Funkcionalni trening s pneumatskim otporom (2P+2V) 10. Funkcionalni trening s hibridnim otporima (2P+2V) 11. Oblikovanje programa funkcionalnog treninga s otporom (4P+2V)					
obveze studenata						
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	1	17%	Seminarski rad		
	Pismeni ispit	2	33%	Praktični rad	3	50%
				ukupno	6 ECTS	



obvezna literatura	Zatsiorsky, V.M., Kraemer, W.J. (2010). Znanost i praksa u treningu snage. Beograd: Datastatus.
dopunska literatura	1. Marković, G., Bradić, A. (2008). Nogomet – integralni kondicijski trening. Zagreb: TVZ. 2. Boyle. M. (2010). Advances in Functional Training: Training Techniques for Coaches, Personal Trainers and Athletes. Aptos, CA: On Target Publication.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



SUVREMENI GRUPNI PROGRAMI FITNESA (147723)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić				
kancelarija		173				
konzultacije		srijeda 12.30 do 13.00 te prema dogovoru putem e-mail adrese ili na tel. +385 95 3658805				
e-mail		gordana-furjan-mandic@kif.hr				
telefon		+38513658773				
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta			Specijalistički	
semestar	II.	godina studija			I.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost			6 ECTS	
mjesto izvođenja	predavaonica					
način izvođenja nastave	60 (35P+25V) Izvedbeni sati: 30P*	očekivani broj studenata na predmetu			71	
ciljevi predmeta	Usvajanje suvremenih osnovnih i složenijih kretnih struktura vježbi suvremenih programa fitnesa te praktična primjena istih u edukaciji, rekreaciji i sportu.					
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Sposobnost samostalnog planiranja, programiranja i vođenja satova različitih vrsta suvremenih grupnih fitnes programa za populacije različite dobi i razine treniranosti.					
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušanog i položenog predmeta studenti će moći: - demonstrirati pravilnu tehniku različitih vrsta suvremenih grupnih programa fitnesa; - učinkovito i sigurno poučavati zdrave osobe različite dobi, spola i razine tjelesne aktivnosti različitim vrste grupnih programa fitnesa; - razumjeti i uspješno primjenjivati sadržaje grupnih programa fitnesa s obzirom na ciljeve transformacijskog procesa u fitnesu.					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja (svaka nastavna tema obrađuje se 2 nastavna sata) 1. Kineziološka struktura suvremenih grupnih programa fitnesa 2. Specifičnosti i razlike grupnih programa fitnesa 3. Uloga i način rada instruktora u suvremenim grupnim programima fitnesa 4. Nepreporučljive kretne strukture u suvremenim grupnim programima fitnesa za različite populacije 5. Različite vrste grupnih programa fitnesa za „specifične“ populacije Teorijsko praktična predavanja i vježbe 1. Metodski postupci pri poučavanju suvremenih grupnih programa fitnesa (5TPP+5V) 2. Koreografije za dječju populaciju (1P+1V) 3. Koreografije za adolescentsku populaciju (2P+2V) 4. Koreografije za odraslu populaciju (2TPP+2V) 5. Koreografije za stariju populaciju (2TPP+2V) 6. Pravilna tehnika upotrebe različitih rekvizita i sprava (3TPP+3V) 7. Nepreporučljive kretne strukture za pojedine dobne grupacije (1TPP+1V) 8. Mogućnost primjene grupnih programa fitnesa u individualnom treningu (3TPP+3V) 9. Mogućnost primjene grupnih programa fitnesa u sportu (3TPP+3V) 10. Mogućnost primjene grupnih programa fitnesa u školskim sportskim klubovima (3TPP+3V)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave; aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu; polaganje kolokvija i ispita.					
	pohađanje nastave	1	16,5%	Seminarski rad		



praćenje rada studenata	Pismeni ispit	1,5	25%	Praktični rad	1,25	21%
	Kolokviji	2,55	37,5%	ukupno	6 ECTS	
obvezna literatura	1. Zbornik radova, 6. zagrebački sajam sporta – „Suvremena aerobika“ (1997). Metikoš, D., Prot, F., Furjan-Mandić, G., Kristić, K. (ur.) Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu. 2. Alter, M. J. (1990). Science of stretching. Champaign, Illinois: Human Kinetics Books. 3. Siler, B. (2003). Pilates tijelo – vodič kroz vježbe za jačanje, izduživanje i oblikovanje tijela kod kuće – bez sprava. Zagreb: Biovega.					
dopunska literatura	2. Jagodić Rukavina, A. M. (2005). Metodika individualnog i grupnog rada pilates vježbanja. Zagreb. (Magistarski rad). 3. Furjan-Mandić, G., Kondrič, M. (2005). Nordijsko hodanje - nova aktivnost u fizičkoj pripremi sportaša. u: Sekulić, D. (ur.) Međunarodno znanstvenostručno savjetovanje Sport-rekreacija-fitness, Split, 15. travnja 2005. Zbornik radova. Split: Fakultet prirodoslovno matematičkih znanosti i odgojnih područja, Zavod za kineziologiju, 165-168.					
način praćenja kvalitete	Redovito praćenje aktivnosti studenata na predavanjima, seminarskoj nastavi i vježbama te kontinuirano provođenje testiranja kroz semestar (kolokviji). Krajem semestra bit će napravljena evaluacija predmeta i nastavnika koji rade na predmetu. Evaluacija nastavnika pomoći će i za unapređenje njihovog rada. Sveučilišna studentska anketa.					



STRUČNO-TRENNERSKA PRAKSA U FITNESSU II (147724)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić	
kancelarija		173	
konzultacije		srijeda 12.30 do 13.00 te prema dogovoru putem e-mail adrese ili na tel. +385 95 3658805	
e-mail		gordana-furjan-mandic@kif.hr	
telefon		+38513658773	
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	45 V	očekivani broj studenata na predmetu	7 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je stjecanje znanja o naprednim tehnologijama praktičnog rada u području provođenja individualnih i grupnih programa treninga fitnesa zdravih odraslih osoba, starijih osoba, te zdravstveno ugroženih osoba.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna znanja za organizaciju, upravljanje i vođenje u području fitnesa na specijalističkoj izobrazbi za dobivanje stručnog naziva stručni specijalist trenerske struke - fitnes		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će samostalno provoditi dijagnostičke postupke za zdravstvenog stanja i sposobnosti zdravih odraslih osoba, starijih osoba, te zdravstveno ugroženih osoba te praktično provoditi plan i program individualnih i grupnih treninga fitnesa. Posebni ishodi učenja na razini predmeta su: • Organizirati, provoditi i kontrolirati testiranje fitnesa zdravih odraslih osoba, starijih osoba i zdravstveno ugroženih osoba, te znati interpretirati dobivene rezultate • Organizirati, provoditi i kontrolirati procjenu energetske učinka treninga, te optimalne tjelesne mase postupcima analize sastava tijela • Definirati i objasniti temeljne principe i metode treninga s otporom i treninga fleksibilnosti • Definirati i objasniti temeljne principe i metode treninga ravnoteže i stabilizacije, te srčano-dišnog sistema • Definirati i objasniti indikacije i kontraindikacije za pojedine vrste vježbanja za starije osobe • Definirati i objasniti indikacije i kontraindikacije za vježbanje zdravstveno ugroženih osoba • Pravilno demonstrirati funkcionalne vježbe s otporom, vježbe istezanja, vježbe na kardio-trenažerima i vježbe ravnoteže, te poučavati zdrave osobe, starije osobe i zdravstveno ugrožene osobe istima. • Provoditi kratkoročne, srednjoročne i dugoročne individualne programe treninga fitnesa sa zdravim odraslim osobama, starijim osobama i zdravstveno ugroženim osobama. • Pravilno demonstrirati tehnike aerobike i ostalih grupnih fitnes programa, te poučavati zdrave osobe, starije osobe i zdravstveno ugrožene osobe istima. • Oblikovati i primjenjivati različite vrste aerobike i drugih grupnih fitnes programa s ciljem izazivanja planiranih transformacijskih učinaka • Prepoznati i primjereno reagirati u slučaju urgentnih stanja pri radu sa zdravstveno ugroženim osobama		



sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Programski sadržaji stručno trenerske prakse realizirati će se kroz tri karakteristične faze. U prvoj fazi studenti će pratiti, registrirati i analizirati stručni rad istaknutih fitnes trenera. U drugoj fazi studenti će asistirati odnosno pomagati u provedbi individualnih i grupnih treninga fitnesa mentoru i istaknutim fitnes trenerima. U trećoj fazi studenti će samostalno organizirati, oblikovati i provoditi pojedine individualne i grupne fitnes programe. Popis programskih sadržaja stručno trenerske prakse s pripadajućom satnicom: • Organizirati i provoditi dijagnostičke postupke za određivanje osnovnih fiziološko-energetskih i biokemijskih reakcija sportaša tijekom treninga fitnesa kod zdravstveno ugroženih osoba . (6V) • Organizirati i procijeniti energetske utrošak treninga, te procijeniti optimalnu tjelesnu masu postupcima analize sastava tijela kod zdravih odraslih osoba. (4V) • Organizirati i procijeniti energetske utrošak treninga, te procijeniti optimalnu tjelesnu masu postupcima analize sastava tijela kod starijih osoba. (4V) • Organizirati i procijeniti energetske utrošak treninga, te procijeniti optimalnu tjelesnu masu postupcima analize sastava tijela kod zdravstveno ugroženih osoba. (4V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija treninga fitnesa prilagođenim uvjetima u kojima se trenažni proces provodi. (4V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija korektivnih treninga fitnesa za unaprjeđenje funkcionalnosti pokreta kod zdravih odraslih osoba. (4V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija korektivnih treninga fitnesa za unaprjeđenje funkcionalnosti pokreta kod starijih osoba. (4V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija korektivnih treninga fitnesa za unaprjeđenje funkcionalnosti pokreta kod zdravstveno ugroženih osoba. (4V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija treninga fitnesa za unaprjeđenje fleksibilnosti kod zdravih odraslih osoba. (4V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija treninga fitnesa za unaprjeđenje fleksibilnosti kod starijih osoba. (4V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija treninga fitnesa za unaprjeđenje fleksibilnosti kod zdravstveno ugroženih osoba. (3V)					
obveze studenata	Pohađanje stručno trenerske prakse na fakultetu (studijska grupa), u fitnes akademijama centrima i studijima.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	1	20%	Seminarski rad	2	40%
	Pismeni ispit			Praktični rad	2	40%
				ukupno	5 ECTS	
obvezna literatura	LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM TEMAMA FITNESA (literatura je navedena u okviru predmeta izbornog modula Fitnes).					
dopunska literatura	DOPUNSKA LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM TEMAMA FITNESA (literatura je navedena u okviru predmeta izbornog modula Fitnes).					
način praćenja kvalitete						



MODUL – KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA – II. SEM

Modul KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA						
147726	Metodika i programiranje treninga snage	prof. dr. sc. Igor Jukić prof. dr. sc. Luka Milanović	23	0	22	6
147727	Metodika i programiranje treninga izdržljivosti	izv. prof. dr. sc. Daniel Bok	23	0	22	6
147728	Metodika i programiranje treninga brzine i agilnosti	prof. dr. sc. Igor Jukić prof. dr. sc. Luka Milanović	23	0	22	6
147729	Metodika i programiranje treninga koordinacije	prof. dr. sc. Igor Jukić prof. dr. sc. Luka Milanović	23	0	22	6
147730	Primijenjena istraživanja u kondicijskoj pripremi sportaša	prof. dr. sc. Igor Jukić prof. dr. sc. Luka Milanović	23	0	22	6
147731	Stručno-trenerska praksa kondicijskoj pripremi sportaša II.	prof. dr. sc. Igor Jukić prof. dr. sc. Luka Milanović	0	0	45	5
UKUPNO			115	0	155	35



METODIKA I PROGRAMIRANJE TRENINGA SNAGE (147726)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Igor Jukić	
Kancelarija		124	
Konzultacije			
e-mail		igor.jukic@kif.hr	
Telefon		+38513658724	
Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Luka Milanović	
kancelarija		40/2	
konzultacije			
e-mail		luka.milanovic@kif.hr	
telefon			
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	6 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica + dvorana		
način izvođenja nastave	60(30P+30V) <i>Izvedbeni sati: 30P*</i>	očekivani broj studenata na predmetu	23 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje znanja o naprednim metodičkim i programskim postupcima za razvoj i održavanje snage i jakosti.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će moći metodički oblikovati i programski dizajnirati postupke za razvoj i održavanje snage i jakosti sportaša različite dobi, spola, razine treniranosti i trenažne povijesti.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti moći u stanju: - izabrati primjerene sadržaje za razvoj i održavanje snage i jakosti; - izabrati primjerene metode i methodske forme za razvoj i održavanje snage i jakosti; - izabrati primjerena opterećenja za razvoj i održavanje snage i jakosti; - oblikovati programe za razvoj i održavanje snage i jakosti u različitim ciklusima sportske pripreme.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Struktura snažnih svojstava (različiti pristupi) (3P) 2. Fiziološke i biomehaničke osnove treninga snage (2P+2V) 3. Oblikovanje metodičkih i programskih postupaka za razvoj i održavanje maksimalne snage (3P+3V) 4. Oblikovanje metodičkih i programskih postupaka za razvoj i održavanje eksplozivne snage (3P+3V) 5. Oblikovanje metodičkih i programskih postupaka za razvoj i održavanje snažne izdržljivosti (3P+3V) 6. Oblikovanje metodičkih i programskih postupaka za razvoj i održavanje statičke snage (3P+3V) 7. Oblikovanje metodičkih i programskih postupaka za razvoj i održavanje elastične snage (3P+3V) 8. Oblikovanje metodičkih i programskih postupaka za mišićnu hipertrofiju (3P+3V) 9. Periodizacija i oblikovanje programa treninga snage (3P+3V) 10. Posebnosti metodičkih postupaka u treningu snage i hipertrofije za različite dobne skupine, sportske discipline i razine treniranosti (2P+2V) 11. Dopunski faktori u treningu snage (2P+2V)		



	12. Praktična provedba programa treninga snage (3V)					
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, pisanje seminara i polaganje ispita.					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	1	17%	Seminarski rad	3	50%
	Usmeni ispit	2	33%			
	ukupno				6 ECTS	
Obvezna literatura	1. Milanović, D., Jukić, I. (ur.) (2003). Kondicijska priprema sportaša. Zbornik radova međunarodnog znanstvenostručnog skupa, Zagreb, 21. – 22. 02. 2003., Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Zagrebački sportski savez. 2. Milanović, D., Jukić, I. (ur.) (2008). Kondicijska priprema sportaša. Zbornik radova međunarodnog znanstvenostručnog skupa, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Zagrebački sportski savez. 3. Jukić, I., Marković, G. (2005). Kondicijske vježbe s utezima. Zagreb: Kineziološki fakultet					
Dopunska literatura	1. Boyle, M. (2010). Advances in Functional Training: Training Techniques for Coaches, Personal Trainers and Athletes. USA: On Target Publications. 2. Cook, G. (2010). Movement: Functional Movement Systems: Screening, Assessment, Corrective Strategies. USA: E. Grayson Cook. 3. Jukić, I., Šalaj, S., Gregov, C. (ur.) (2003-2011). Kondicijski trening. Stručni časopis za teoriju i metodiku kondicijske pripreme. Zagreb: Kineziološki fakultet.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



METODIKA I PROGRAMIRANJE TRENINGA IZDRŽLJIVOSTI (147727)

Nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Daniel Bok				
Kancelarija						
Konzultacije		srijedom u 13:00				
e-mail		daniel.bok@kif.hr				
Telefon		+38513658742				
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta			Specijalistički	
Semestar	II.	godina studija			I.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost			6 ECTS	
mjesto izvođenja	Predavaonica + dvorana					
način izvođenja nastave	60(30P+30V) <i>Izvedbeni sati: 30P*</i>	očekivani broj studenata na predmetu			23 I	
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje znanja o naprednim metodičkim i programskim postupcima za razvoj i održavanje izdržljivosti.					
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će moći metodički oblikovati i programski dizajnirati postupke za razvoj i održavanje izdržljivosti sportaša različite dobi, spola, razine treniranosti i trenažne povijesti.					
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - izabrati primjerene sadržaje za razvoj i održavanje izdržljivosti; - izabrati primjerene metode i methodske forme za razvoj i održavanje izdržljivosti; - izabrati primjerena opterećenja za razvoj i održavanje izdržljivosti; - oblikovati programe za razvoj i održavanje izdržljivosti u različitim ciklusima sportske pripreme.					
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Pedavanja i vježbe 1. Struktura izdržljivosti (različiti pristupi) (3P) 2. Fiziološke i biomehaničke osnove treninga izdržljivosti (2P+2V) 3. Oblikovanje metodičkih i programskih postupaka za razvoj i održavanje bazične aerobne izdržljivosti ((3P+3V) 4. Oblikovanje metodičkih i programskih postupaka za razvoj i održavanje specifične aerobne izdržljivosti ((3P+3V) 5. Oblikovanje metodičkih i programskih postupaka za razvoj i održavanje bazične anaerobne izdržljivosti ((3P+3V) 6. Oblikovanje metodičkih i programskih postupaka za razvoj i održavanje specifične anaerobne izdržljivosti ((3P+3V) 7. Oblikovanje metodičkih i programskih postupaka za razvoj i održavanje izdržljivosti u cikličkim sportovima (3P+3V) 8. Oblikovanje metodičkih i programskih postupaka za razvoj i održavanje izdržljivosti u acikličkim sportovima ((3P+3V) 9. Periodizacija i oblikovanje programa treninga snage ((3P+3V) 10. Posebnosti metodičkih postupaka u treningu razvoj i održavanje izdržljivosti za različite dobne skupine, sportske discipline i razine treniranosti (2P+2V) 11. Dopunski faktori u treningu razvoj i održavanje izdržljivosti (2P+2V) 12. Praktična provedba programa treninga razvoj i održavanje izdržljivosti (3V)					
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, pisanje seminara i polaganje ispita.					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	1	17%	Seminarski rad	3	50%
	Usmeni ispit	2	33%			



	ukupno	6 ECTS
Obvezna literatura	1. Milanović, D., Jukić, I. (ur.) (2003). Kondicijska priprema sportaša. Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Zagrebački sportski savez. 2. Milanović, D., Jukić, I. (ur.) (2009). Kondicijska priprema sportaša. Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Zagrebački sportski savez.	
Dopunska literatura	2. Jukić, I., Šalaj, S., Gregov, C. (ur.) (2003-2011). Kondicijski trening. Stručni časopis za teoriju i metodiku kondicijske pripreme. Zagreb: Kineziološki fakultet. 3. Noakes, T. (2002). Lore of Running. Oxford University Press.	
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.	



METODIKA I PROGRAMIRANJE TRENINGA BRZINE I AGILNOSTI (147728)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Igor Jukić	
Kancelarija		124	
Konzultacije			
e-mail		igor.jukic@kif.hr	
Telefon		+38513658724	
Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Luka Milanović	
kancelarija		40/2	
konzultacije			
e-mail		luka.milanovic@kif.hr	
telefon			
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	6 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica + dvorana		
način izvođenja nastave	60(30P+30V) <i>Izvedbeni sati: 30P*</i>	očekivani broj studenata na predmetu	23 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje znanja o naprednim metodičkim i programskim postupcima za razvoj i održavanje brzine i agilnosti.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će moći metodički oblikovati i programski dizajnirati postupke za razvoj i održavanje brzine i agilnosti sportaša različite dobi, spola, razine treniranosti i trenažne povijesti.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - izabrati primjerene sadržaje za razvoj i održavanje brzine i agilnosti; - izabrati primjerene metode i methodske forme za razvoj i održavanje brzine i agilnosti; - izabrati primjerena opterećenja za razvoj i održavanje brzine i agilnosti; - oblikovati programe za razvoj i održavanje brzine i agilnosti u različitim ciklusima sportske pripreme.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Struktura brzine i agilnosti (različiti pristupi) (3P) 2. Fiziološke i biomehaničke osnove treninga brzine i agilnosti (2P+2V) 3. Oblikovanje metodičkih i programskih postupaka za razvoj i održavanje brzine frekvencije ((3P+3V)) 4. Oblikovanje metodičkih i programskih postupaka za razvoj i održavanje brzine reakcije ((3P+3V)) 5. Oblikovanje metodičkih i programskih postupaka za razvoj i održavanje brzine pojedinačnog pokreta (3P+3V)) 6. Oblikovanje metodičkih i programskih postupaka za razvoj i održavanje maksimalne brzine trčanja ((3P+3V)) 7. Oblikovanje metodičkih i programskih postupaka za razvoj i održavanje frontalne agilnosti ((3P+3V)) 8. Oblikovanje metodičkih i programskih postupaka za razvoj i održavanje bočne agilnosti ((3P+3V)) 9. Periodizacija i oblikovanje programa treninga brzine i agilnosti ((3P+3V)) 10. Posebnosti metodičkih postupaka u treningu brzine i agilnosti za različite dobne skupine, sportske discipline i razine treniranosti (2P+2V)		



	11. Dopunski faktori u treningu brzine i agilnosti (2P+2V) 12. Praktična provedba programa treninga brzine i agilnosti (3V)					
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, pisanje seminara i polaganje ispita.					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	1	17%	Seminarski rad	3	50%
	Usmeni ispit	2	33%			
	ukupno				6 ECTS	
Obvezna literatura	1. Milanović, D., Jukić, I. (ur.) (2003). Kondicijska priprema sportaša. Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, Zagreb 21. – 22. 02. 2003. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Zagrebački sportski savez. 2. Milanović, D., Jukić, I. (ur.) (2010). Kondicijska priprema sportaša. Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Zagrebački sportski savez.					
Dopunska literatura	1. Boyle, M. (2010). Advances in Functional Training: Training Techniques for Coaches, Personal Trainers and Athletes. USA: On Target Publications. 2. Brown, L., Ferrigno, V. (2005). Training for speed, agility and quickness. Human Kinetics. 3. Cook, G. (2010). Movement: Functional Movement Systems: Screening, Assessment, Corrective Strategies. USA: E. Grayson Cook. 4. Jukić, I., Šalaj, S., Gregov, C. (ur.) (2003-2011). Kondicijski trening. Stručni časopis za teoriju i metodiku kondicijske pripreme. Zagreb: Kineziološki fakultet. 5. Pearson, A. (2005). SAQ Football. London, UK: A&C Black Publishers. 6. Radcliffe, J., Farentinos, R. (1999). High-powered plyometrics. Human Kinetics.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



METODIKA I PROGRAMIRANJE TRENINGA KOORDINACIJE (147729)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Igor Jukić	
Kancelarija		124	
Konzultacije			
e-mail		igor.jukic@kif.hr	
Telefon		+38513658724	
Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Luka Milanović	
kancelarija		40/2	
konzultacije			
e-mail		luka.milanovic@kif.hr	
telefon			
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	6 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica + dvorana		
način izvođenja nastave	60(30P+30V) <i>Izvedbeni sati: 30P*</i>	očekivani broj studenata na predmetu	23 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje znanja o naprednim metodičkim i programskim postupcima za razvoj i održavanje koordinacije.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će moći metodički oblikovati i programski dizajnirati postupke za razvoj i održavanje koordinacije sportaša različite dobi, spola, razine treniranosti i trenažne povijesti.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - izabrati primjerene sadržaje za razvoj i održavanje koordinacije; - izabrati primjerene metode i methodske forme za razvoj i održavanje koordinacije; - izabrati primjerena opterećenja za razvoj i održavanje koordinacije; - oblikovati programe za razvoj i održavanje koordinacije u različitim ciklusima sportske pripreme.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Struktura koordinacije (različiti pristupi) (3P) 2. Fiziološke i biomehaničke osnove treninga koordinacije (2P+2V) 3. Oblikovanje metodičkih i programskih postupaka za razvoj i održavanje brzinske koordinacije (3P+3V) 4. Oblikovanje metodičkih i programskih postupaka za razvoj i održavanje ritmičke koordinacije (3P+3V) 5. Oblikovanje metodičkih i programskih postupaka za razvoj i održavanje pravovremenosti (3P+3V) 6. Oblikovanje metodičkih i programskih postupaka za razvoj i održavanje sposobnosti reorganizacije stereotipa gibanja (3P+3V) 7. Oblikovanje metodičkih i programskih postupaka za razvoj i održavanje sposobnosti učenja novih motoričkih zadataka (3P+3V) 8. Oblikovanje metodičkih i programskih postupaka za razvoj i održavanje ravnoteže (3P+3V) 9. Periodizacija i oblikovanje programa treninga koordinacije (3P+3V) 10. Posebnosti metodičkih postupaka u treningu koordinacije za različite dobne skupine, sportske discipline i razine treniranosti (2P+2V)		



	11. Dopunski faktori u treningu koordinacije (2P+2V) 12. Praktična provedba programa treninga koordinacije (3V)					
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, pisanje seminara i polaganje ispita.					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	1	17%	Seminarski rad	3	50%
	Usmeni ispit	2	33%			
	ukupno				6 ECTS	
Obvezna literatura	1. Milanović, D., Jukić, I. (ur.) (2003). Kondicijska priprema sportaša. Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, Zagreb 21. – 22. 02. 2003. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Zagrebački sportski savez. 2. Milanović, D., Jukić, I. (ur.) (2010). Kondicijska priprema sportaša. Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Zagrebački sportski savez.					
Dopunska literatura	2. Jukić, I., Šalaj, S., Gregov, C. (ur.) (2003-2011). Kondicijski trening. Stručni časopis za teoriju i metodiku kondicijske pripreme. Zagreb: Kineziološki fakultet. 3. Schmidt, R. A., Wrisberg, C. A. (2009). Motor learning and performance. Human Kinetics.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



PRIMIJEJENA ISTRAŽIVANJA U KONDICIJSKOJ PRIPREMI SPORTAŠA

(147730)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Igor Jukić	
Kancelarija		124	
Konzultacije			
e-mail		igor.jukic@kif.hr	
Telefon		+38513658724	
Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Luka Milanović	
kancelarija		40/2	
konzultacije			
e-mail		luka.milanovic@kif.hr	
telefon			
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
Semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	6 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica		
način izvođenja nastave	45 (23P+22V) <i>Izvedbeni sati: 22P*</i>	očekivani broj studenata na predmetu	23 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje znanja o pretraživanju i korištenju rezultata primijenjenih istraživanja u kondicijskoj pripremi sportaša..		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će moći samostalno pretraživati znanstvene baze podataka i koristiti rezultate primijenjenih istraživanja u kondicijskoj pripremi sportaša u praktičnom radu.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - pronalaziti odgovarajuće baze podataka o primijenjenim istraživanjima; - pretraživati odgovarajuće baze podataka po pojedinim ključevima; - izabrati znanstvene informacije koje imaju visoku primjenjivost u praktičnom radu; - obogaćivati kondicijske programe rezultatima primijenjenih istraživanja.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Struktura istraživanja iz područja kondicijske pripreme (2P+2V) 2. Analiza komponenata kondicijske pripremljenosti (2P+2V) 3. Analiza razlika u parametrima kondicijske pripremljenosti između različitih skupina sportaša (2P+2V) 4. Strukturna, biomehanička, anatomska, energetska analiza sadržaja kondicijske pripreme (2P+2V) 5. Relacije između kondicijskih karakteristika i uspješnosti u sportu (2P+2V) 6. Učinci metoda vježbanja kondicijskih karakteristika (2P+2V) 7. Učinci metoda učenja sadržaja kondicijske pripreme sportaša (2P+2V) 8. Učinci programa treninga snage (2P+2V) 9. Učinci programa treninga izdržljivosti (2P+2V) 10. Učinci programa treninga brzine, agilnosti i eksplozivnosti. (2P+2V) 11. Učinci integralnih kondicijskih programa (3P+2V)		
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu, pisanje seminara i polaganje ispita.		



Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	0,72	12%	Seminarski rad	3	50%
	Usmeni ispit	2,28	38%			
	ukupno				6 ECTS	
Obvezna literatura	1. Milanović, D., Jukić, I. (ur.) (2003). Kondicijska priprema sportaša. Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, Zagreb, 21. – 22. 02. 2003. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Zagrebački sportski savez. 2. Jukić, I., Šalaj, S., Gregov, C. (ur.) (2003-2011). Kondicijski trening. Stručni časopis za teoriju i metodiku kondicijske pripreme. Zagreb: Kineziološki fakultet. 3. Jukić, I., Marković, G. (2005). Kondicijske vježbe s utezima. Zagreb: Kineziološki fakultet					
Dopunska literatura	1. Vuleta, D., Milanović, D. i sur. (2004). Rukomet znanstvena istraživanja. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. Milanović, D., Heimer, S. (1997). Dijagnostika treniranosti sportaša. Zbornik radova međunarodnog savjetovanja, Zagreb, 26. 02. – 01. 03. 1997., Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu. 3. Jukić, I. (2011). Kinesiology in Physical Conditioning. u: Milanović, D., Sporiš, G. (ur.) Zbornik radova 6. međunarodne znanstvene konferencije o kineziologiji, Opatija, 2011., „Integrative Power of Kinesiology“, Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 412-470. 4. Milanović, D. (2011). Kinesiology in Top-level Sport. u: Milanović, D., Sporiš, G. (ur.) Zbornik radova 6. međunarodne znanstvene konferencije o kineziologiji, Opatija, 2011., „Integrative Power of Kinesiology“, Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 488-578.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



STRUČNO-TRENNERSKA PRAKSA U KONDICIJSKOJ PRIPREMI SPORTAŠA II

(147731)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Igor Jukić	
Kancelarija		124	
Konzultacije			
e-mail		igor.jukic@kif.hr	
Telefon		+38513658724	
Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Luka Milanović	
kancelarija		40/2	
konzultacije			
e-mail		luka.milanovic@kif.hr	
telefon			
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	45 V	očekivani broj studenata na predmetu	23 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je stjecanje znanja o naprednim tehnologijama praktičnog rada u području kondicijske pripreme sportaša.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna znanja za provedbu praktičnog rada za razvoj i održavanje kondicijskih sposobnosti utemeljenog na specijalističkoj izobrazbi za dobivanje stručnog naziva stručni specijalist trenerske struke -kondicijska priprema sportaša		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će samostalno provoditi dijagnostičke postupke za određivanje stanja kondicijskih sposobnosti sportaša te praktično provoditi plan i program kondicijske pripreme na svim razinama razvoja djece, mladih i odraslih sportaša. Posebni ishodi učenja na razini predmeta su: • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu morfoloških sposobnosti sportaša. • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu funkcionalnih sposobnosti sportaša. • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu bazičnih motoričkih sposobnosti sportaša. • Organizirati i provoditi suvremene dijagnostičke postupke za procjenu stabilnosti i mobilnosti lokomotornog sustava. • Organizirati i provoditi plan i program kondicijske pripreme u različitim vremenskim ciklusima. • Organizirati i provoditi plan i program kondicijske pripreme djece, mladih i odraslih sportaša u pojedinim etapama dugoročne sportske pripreme. • Organizirati i provoditi plan i program kondicijske pripreme djece, mladih i odraslih sportaša u pojedinim dijelovima godišnjeg ciklusa treninga. • Izraditi strateški plan i program kondicijske pripreme na razini kluba i reprezentativne selekcije. • Koristiti informacijske tehnologije u planiranju i programiranju kondicijske pripreme		



sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	U drugoj fazi studenti će asistirati odnosno pomagati u provedbi kondicijske pripreme mentoru i istaknutim kondicijskim trenerima. Popis programskih sadržaja stručno trenerske prakse s pripadajućom satnicom: • Praktično provođenje naprednih tehnologija kondicijske pripreme za razvoj izdržljivosti sportaša. (4V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija kondicijske pripreme za razvoj fleksibilnosti sportaša. (4V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija kondicijske pripreme za razvoj koordinacije sportaša. (4V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija kondicijske pripreme za razvoj agilnosti sportaša. (4V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija kondicijske pripreme za razvoj preciznosti sportaša. (4V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija kondicijske pripreme za razvoj ravnoteže sportaša. (4V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za razvoj aerobne sposobnosti sportaša. (4V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za razvoj anaerobnih kapaciteta sportaša. (4V) Praktično provođenje preventivskih kondicijskih programa. (13V)					
obveze studenata	Pohađanje stručno trenerske prakse na fakultetu (studijska grupa), u sportskim klubovima, sportskim kampovima ili tijekom priprema nacionalnih sportskih selekcija.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	1	20%	Seminarski rad	1	20%
	Pismeni ispit			Praktični rad	3	60%
				ukupno	5 ECTS	
obvezna literatura	LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM TEMAMA KONDICIJSKE PRIPREME(literatura je navedena u okviru predmeta izbornog modula kondicijska priprema sportaša).					
dopunska literatura	DOPUNSKA LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM TEMAMA KONDICIJSKE PRIPREME(literatura je navedena u okviru predmeta izbornog modula kondicijska priprema sportaša).					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



II. SEMESTAR - SPORTOVI

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Modul SPORT						
	Kineziološka analiza IZABRANOG SPORTA		23	22	0	6
	Primijenjena istraživanja u IZABRANOM SPORTU		16	14	0	4
	Modeliranje i vrednovanje kondicijske pripreme u IZABRANOM SPORTU		23	22	0	6
	Modeliranje i vrednovanje tehničko-taktičke pripreme u IZABRANOM SPORTU		46	44	0	8
	Specifičnosti rada s djecom u IZABRANOM SPORTU		30	30	0	6
	Stručno-trenerska praksa u IZABRANOM SPORTU II.		0	0	45	5
UKUPNO			138	132	45	35



MODUL – HRVANJE – II. SEM

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Modul HRVANJE						
147844	Kineziološka analiza hrvanja	prof. dr. sc. Mario Baić	23	22	0	6
147845	Primijenjena istraživanja u hrvanju	prof. dr. sc. Mario Baić	16	14	0	4
147846	Modeliranje i vrednovanje kondicijske pripreme u hrvanju	prof. dr. sc. Mario Baić	23	22	0	6
147847	Modeliranje i vrednovanje tehničko-taktičke pripreme u hrvanju	prof. dr. sc. Mario Baić	46	44	0	8
147848	Specifičnosti rada s djecom u hrvanju	prof. dr. sc. Mario Baić	30	30	0	6
147849	Stručno-trenerska praksa u hrvanju II.	prof. dr. sc. Mario Baić	0	0	45	5
UKUPNO			138	132	45	35



KINEZIOLOŠKA ANALIZA HRVANJA (147844)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Mario Baić	
Kancelarija		136	
Konzultacije		Ponedjeljkom od 13:00 do 13:30 sati putem e maila ili telefona, a od 13:30 do 14:00 u hrvačkoj dvorani, te druge dane po prethodnom dogovoru.	
e-mail		mario.baic@kif.hr	
Telefon		+38513658736	
Nastavnik		doc. dr. sc. Damir Pekas	
Kancelarija		137	
Konzultacije		Ponedjeljkom od 13:00 do 13:30 sati u sobi 42 - mail/tlf, 13 30 - 14 00 u hrvačkoj dvorani, te u ostale termine po dogovoru putem e maila ili telefona	
e-mail		damir.pekas@kif.hr	
Telefon		+38513658737	
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	6 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	45 (23P+22S) Izvedbeni sati: 22P*	očekivani broj studenata na predmetu	2 I
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Kineziološka analiza Hrvanja ima za cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za strukturne i biomehaničke karakteristike svih faza i podfaza sportske aktivnosti, a koje zajedno tvore strukture gibanja te strukture situacija u hrvanju (klasičnim, slobodnim i grappling načinom).		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Kineziološka analiza hrvanja studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za definiranje struktura gibanja i struktura situacija u svim fazama učenja, od usvajanja, usavršavanja, stabilizacije i automatizacije. Stečena znanja moći će implementirati u natjecateljskoj hrvačkoj aktivnosti te u radu sa specifičnim skupinama (sportašima u ostalim sportovima u kojima hrvanje ima svoju primjenu, te vojsci i policiji).		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o: - analizi razvoja hrvanja; - modelnim karakteristikama gibanja u području biomehaničkih veličina; - međusobnoj povezanosti antropoloških karakteristika; - analizi standardnih pokazatelja natjecateljske efikasnosti u hrvanju; - analizi taktike vođenja borbe na velikim međunarodnim i domaćim natjecanjima; - kineziološkoj analizi naprednih grupacija tehnika iz klasičnog, slobodnog i grappling načina hrvanja; - kineziološkoj analizi naprednih specifičnih hrvačkih vježbi u paru (vučenja, potiskivanja i nošenja partnera na različite načine), te padova i vježbe mosta.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen	Predavanja i seminari 1. Analiza razvoja hrvanja. Prognoza razvoja modela sportske aktivnosti. (2 P)		



prema satnici nastave	2. Kineziološka analiza hrvanja. Hijerarhijska klasifikacija struktura gibanja i struktura situacija. Strukturna analiza motoričke aktivnosti. Analiza faza, podfaza i strukturalnih jedinica. Relacije između pojedinih faza. Utjecaj pojedinih faza na finalni rezultat u hrvačkoj borbi. Biomehaničke karakteristike strukture gibanja (kinematički, dinamički i elektromiografski). Modeliranje na temelju biomehaničkih parametara. Utjecaj biomehaničkih karakteristika na efikasnost i rezultat u hrvanju. Modelne karakteristike gibanja u području biomehaničkih veličina. (2 P + 2 S) 3. Antropološka analiza hrvanja. Utjecaj različitih antropoloških obilježja (jednadžba specifikacije) na uspješnost u hrvačkoj borbi. Jednadžbe specifikacije uspješnosti u različitim načinima hrvanja. Antropometrijske, motoričke, funkcionalne, kongitivne, konativne i mikrosociološke značajke različitih načina hrvanja. Međusobna povezanost antropoloških karakteristika. Utjecaj hrvanja na razvoj i održavanje različitih antropoloških karakteristika. Taksonomska analiza (određivanje tipova) skupina hrvača na temelju bazičnih, specifičnih i situacijskih pokazatelja treniranosti. Analiza odnosa unutar sportske skupine koja čini sportsku hrvaču ekipu. Mikrosociološka struktura prema funkcionalnom i emocionalnom kriteriju. Homogenizacija sportske ekipe. (2 S) 4. Tehničke karakteristike i način upotrebe uređaja za registraciju i prezentaciju pojedinih dijelova i cjeline motoričkih struktura u hrvanju. (1 P + 1S) 5. Kineziološka analiza taktike hrvanja. Taktika vođenja borbe sa različitim protivnicima. Izrada taktičkog plana borbe. Analiza taktike vođenja borbe na velikim međunarodnim i domaćim natjecanjima (pojedinačna i ekipna). Registracija i vrednovanje taktičke uspješnosti. Utjecaj pravila na izbor tehničko-taktičkih aktivnosti. (2 P +2S) 6. Kineziološka analiza naprednih grupacija tehnika iz klasičnog i slobodnog načina hrvanja u stojećem položaju. (1P + 2S) 7. Kineziološka analiza naprednih grupacija tehnika iz klasičnog i slobodnog načina hrvanja u parternom položaju. (1P + 2S) 8. Kineziološka analiza naprednih taktičkih priprema tehnika u stojećeme položaju. (1P + 1S) 9. Kineziološka analiza naprednih taktičkih pripreme tehnika u parternom položaju. (1P + 1S) 10. Kineziološka analiza naprednih grupacija tehnika iz klasičnog i slobodnog načina hrvanja u stojećem položaju – iz visoko zavučene jedne i obje ruke. (2P + 1S) 11. Kineziološka analiza naprednih grupacija tehnika iz klasičnog i slobodnog načina hrvanja u stojećem položaju – iz „vanjskog hvata“. (2P + 1S) 12. Kineziološka analiza naprednih grupacija tehnika iz klasičnog načina hrvanja u parternom položaju - dizanja i okretanja (2P + 1S) 13. Kineziološka analiza naprednih grupacija tehnika iz klasičnog načina hrvanja u parternom položaju - obrane od dizanja i okretanja (2P + 2S) 14. Kineziološka analiza naprednih grupacija tehnika iz grappling načina hrvanja – gušenja, poluge. (2 P + 2S) 15. Kineziološka analiza naprednih specifičnih hrvačkih vježbi u paru (vučenja, potiskivanja i nošenja partnera na različite načine), te padova i vježbe mosta. (2 P + 2S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	12%	0,72	Istraživanje	21%	1,28
	praktični ispit	33,5%	2	usmeni ispit	33,5%	2
				ukupno	6 ECTS	
obvezna literatura	Marić, J., Baić, M., & Cvetković, Č. (2007). Primjena hrvanja u ostalim sportovima. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.					



	Marić, J. (1990). Rvanje slobodnim načinom. Zagreb: Sportska tribina. Marić, J. (1985). Rvanje klasičnim načinom. Zagreb: Sportska tribina.
dopunska literatura	1. Cvetković, Č., Marić, J., Marelić, N. (2005). Technical efficiency of wrestlers in relation to some anthropometric and motor variables. Kinesiology, 37 (1): 74-83. 2. Yoon (2002). Physiological Profiles of Elite Senior Wrestlers Sports Medicine, Volume 32, 225-233. 3. Kraemer, W. J., Fry, A. C., Rubin, M. R., McBride, T. T., Gordon, S. E., Koziris, L. P., Lynch, J. M., Volek, J. S., Meuffels, D. E., Newton, R. U., Fleck, S. J. (2001). Physiological and Performance Responses to Tournament Wrestling. Med. Sci. Sports. Exerc., 33 (8): 1367-1378. 4. Petrov, R., Dobrev, D., Berberov, N., Makaveev, O. (1977). Svobodna i klasičeska borba. Medicina i fizkultura, Sofija (prijevod na hrvatski s bugarskog). Shahmuradov, Jn. A. (1996). Free style wrestling. Rome: FILA.
način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva. Istraživački rad tijekom trajanja studija. Anonimna studentska anketa.



PRIMIJEJENA ISTRAŽIVANJA U HRVANJU (147845)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Mario Baić	
Kancelarija		136	
Konzultacije		Ponedjeljkom od 13:00 do 13:30 sati putem e maila ili telefona, a od 13:30 do 14:00 u hrvačkoj dvorani, te druge dane po prethodnom dogovoru.	
e-mail		mario.baic@kif.hr	
Telefon		+38513658736	
Nastavnik		doc. dr. sc. Damir Pekas	
Kancelarija		137	
Konzultacije		Ponedjeljkom od 13:00 do 13:30 sati u sobi 42 - mail/tlf, 13 30 - 14 00 u hrvačkoj dvorani, te u ostale termine po dogovoru putem e maila ili telefona	
e-mail		damir.pekas@kif.hr	
Telefon		+38513658737	
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	4 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	30 (16P+14S) Izvedbeni sati: 15P*	očekivani broj studenata na predmetu	2 I
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Primijenjena istraživanja u hrvanju ima za cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za primjenu istraživanja u hrvanju.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Znanja o važnosti pojedinih primijenjenih istraživanja i novih spoznaja omogućit će studentima višu razinu stručno-trenerskog rada u hrvanju. Studenti će naučiti kako rezultate istraživanja primijeniti u području hrvanja s aspekta praktične primjene u procesu sportske pripreme.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja: - o metodologiji primijenjenih znanstvenih istraživanja u hrvanju. - o primjeni rezultata istraživanja u unapređenju stručnog rada. - o klasifikaciji primijenjenih istraživanja u hrvanju. - o primjeni stručnih radova iz hrvanja u unapređenju stručnog rada. - koja im omogućuju samostalno provođenje istraživanja u izabranom sportu.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Struktura znanstvenih i stručnih istraživanja u izabranom sportu (2P) 2. Rezultati i primjena istraživanja o strukturnim i biomehaničkim analizama izabranih sportskih aktivnosti. (2P + 2S) 3. Rezultati i primjena istraživanja o antropološkim karakteristikama hrvača različitog spola, stila, dobnih kategorija, težinskih kategorija i kvalitetnih razina. (2P + 2S) 4. Rezultati i primjena istraživanja o utjecaju različitih bazičnih i specifičnih pokazatelja treniranosti na uspješnost u hrvanju. (2P + 2 S)		



	5. Rezultati i primjena istraživanja o utjecaju situacijskih parametara na uspješnost u hrvanju. (2P + 2S) 6. Rezultati i primjena istraživanja o efektima različitih metoda poučavanja i vježbanja u radu sa izabranim hrvačima. (2P + 2 S) 7. Rezultati i primjena istraživanja o učestalosti i vrsti sportskih ozljeda u hrvanju. (2P + 2S) 8. Primjena stručnih radova iz hrvanja u unapređenju stručnog rada. (2P + 2S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	12,5%	0,5	Istraživanje	37,5%	1,5
				usmeni ispit	50%	2
				ukupno	4 ECTS	
obvezna literatura	Marić, J., Baić, M., & Cvetković, Č. (2007). Primjena hrvanja u ostalim sportovima. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. Marić, J. (1985). Rvanje klasičnim načinom. Zagreb: Sportska tribina.					
dopunska literatura	1. Baić, M., Sertić, H., Cvetković, Č. (2006). Differences in physical fitness levels of greco-roman wrestlers with varying degrees of success. Kinesiologia Slovenica, 12 (2): 5-12. 2. Cvetković, Č., Marić, J., Marelić, N. (2005). Tehnical efficiency of wrestlers in relation to some anthropometric and motor variables. Kinesiology, 37 (1): 74-83. 3. Karninčić, H., Baić, M., Belošević, D. (2010). Razlike laktatne krivulje tijekom borbe u kickboksu i hrvanju grčko-rimskim načinom. Hrvatski športskomedicinski vjesnik, 25 (2): 111-116. 4. Petrov, R., Dobrev, D., Berberov, N., Makaveev, O. (1977). Svobodna i klasičeska borba. Sofija: Medicina i fizkultura. (prijevod na hrvatski s bugarskog).					
način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva. Istraživački rad tijekom trajanja studija. Anonimna studentska anketa.					



MODELIRANJE I VREDNOVANJE KONDICIJSKE PRIPREME U HRVANJU

(147846)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Mario Baić	
Kancelarija		136	
Konzultacije		Ponedjeljkom od 13:00 do 13:30 sati putem e maila ili telefona, a od 13:30 do 14:00 u hrvačkoj dvorani, te druge dane po prethodnom dogovoru.	
e-mail		mario.baic@kif.hr	
Telefon		+38513658736	
Nastavnik		doc. dr. sc. Damir Pekas	
Kancelarija		137	
Konzultacije		Ponedjeljkom od 13:00 do 13:30 sati u sobi 42 - mail/tlf, 13 30 - 14 00 u hrvačkoj dvorani, te u ostale termine po dogovoru putem e maila ili telefona	
e-mail		damir.pekas@kif.hr	
Telefon		+38513658737	
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	6 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	45 (23P+22S) Izvedbeni sati: 22P*	očekivani broj studenata na predmetu	2 I
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Modeliranje i vrednovanje kondicijske pripreme u hrvanju ima za cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za metodiku kondicijske pripreme u hrvanju (klasičnim, slobodnim i grappling načinom).		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti stječu znanja o važnosti i ulozi kondicijske pripreme hrvača unutar sveukupne pripreme te mogućnosti primjene unutar cjelovitog procesa treniranja u hrvanju te mogućnostima primjene različitih sadržaja, opterećenja i metoda kondicijskog treninga obzirom na dob, spol, status hrvača i razinu sportske pripremljenosti.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja: - o zakonitostima kondicijske pripreme hrvača u pojedinim fazama njihovog sportskog razvoja. - o klasifikaciji metoda kondicijske pripreme s obzirom na režim trenažnog rada i opterećenje. - o zakonitostima kondicijske pripreme hrvača u pojedinim fazama njihovog sportskog razvoja. - o metodičkim postupcima za razvoj i održavanje kondicijskih sposobnosti u hrvanju. - o izboru i primjeni lokaliteta i trenažnih pomagala. - o primjeni novih tehnologija kondicijske pripreme u svakodnevnoj praksi.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Kondicijska priprema kao kategorija sportskog treninga (1P) 2. Klasifikacija metoda kondicijske pripreme s obzirom na režim trenažnog rada: specifičnosti kontinuiranog i intervalnog treninga u hrvanju. (2P + 2S)		



	3. Klasifikacija metoda s obzirom na opterećenje: specifičnosti standardnih, varijabilnih i prepokrivajućih opterećenja u hrvanju. (2P + 2S) 4. Zakonitosti kondicijske pripreme hrvača u pojedinim fazama njihovog sportskog razvoja. Metodički postupci kondicijske pripreme u skladu sa senzibilnim fazama razvoja hrvača. (2P + 2S) 5. Metodički postupci za razvoj i održavanje kondicijskih sposobnosti u hrvanju: bazična funkcionalno motorička priprema, specifična funkcionalno motorička priprema, situacijska funkcionalno motorička priprema. (2P +2S) 6. Posebnosti metodike razvoja motoričkih i funkcionalnih sposobnosti u hrvanju. (2P + 2S) 7. Struktura, analiza i učenje specifičnih i situacijskih kondicijskih vježbi. (2P + 2S) 8. Analitički pristup kondicijskom treningu vrhunskih sportaša u višegodišnjem ciklusu (1P+1S) 9. Analitički pristup kondicijskom treningu vrhunskih sportaša u jednogodišnjem ciklusu (1P+1S) 10. Posebnosti u određivanju metodičkih formi i oblika kondicijskog treninga u hrvanju. (2P +2S) 11. Izbor i primjena lokaliteta i trenažnih pomagala. (1P + 1S) 12. Izbor vježbi, metoda i opterećenja situacijskog kondicijskog treninga. (2P + 2S) 13. Primjena novih tehnologija kondicijske pripreme u svakodnevnoj praksi (1P + 1S) 14. Diferencijalne karakteristike kondicijske pripreme s obzirom na spol, dob i kvalitativnu razinu sportaša (2P+2S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	12%	0,72	Seminarski rad	25%	1,5
	Pismeni ispit	21,5%	1,28	usmeni ispit	41,5%	2,5
				ukupno	6 ECTS	
obvezna literatura	Marić, J., Baić, M., & Cvetković, Č. (2007). Primjena hrvanja u ostalim sportovima. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. Marić, J. (1990). Rvanje slobodnim načinom. Zagreb: Sportska tribina. Marić, J. (1985). Rvanje klasičnim načinom. Zagreb: Sportska tribina.					
dopunska literatura	1. Baić, M. (2006). Razlike između vrhunskih poljskih i hrvatskih hrvača različitih stilova, dobi i težinskih skupina u prostoru varijabli za procjenu kondicijske pripremljenosti. (Doktorska disertacija), Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. Baić, M., Sekulić, V. (2011). SWOT analiza tehnologije kondicijske pripreme hrvatskih hrvačkih reprezentacija. U: Jukić I., Gregov, C., Šalaj, S., Milanović, L., Trošt-Bobić, T., Bok, D. (ur.) Zbornik radova 9. godišnje međunarodne konferencije „Kondicijska priprema sportaša 2011“, Zagreb, 25. i 26. veljače, 2011., Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Udruga kondicijskih trenera Hrvatske, 139-143. 3. Baić, M., Karninčić, H., Gluhak, P. (2011). Unificiranje dijagnostičkih postupaka za procjenu opće i specifične kondicijske pripremljenosti hrvača. U: Findak V. (ur.) Zbornik radova XX. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske „Dijagnostika u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije“, Poreč, 21. – 25. lipnja 2011., Zagreb: Hrvatski kineziološki savez, 276-280. Marić, J., M. Baić., Aračić, M. (2003). Kondicijska priprema hrvača. U: Milanović, D., Jukić, I. (ur.) Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa „Kondicijska priprema sportaša“ <u sklopu>12. zagrebačkog sajma sporta i nautike, Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu; Zagrebački športski savez, 339-346.					



	4. Marić, J., Baić, M., i Kuklidis, H. (2003). Funkcionalna usmjerenost specifičnih trenažnih zadataka hrvča. U: Milanović, D., Jukić, I. (ur.) Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa „Kondicijska priprema sportaša“, Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Zagrebački sportski savez, 347-351.
način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva. Istraživački rad tijekom trajanja studija. Anonimna studentska anketa.



MODELIRANJE I VREDNOVANJE TEHNIČKO-TAKTIČKE PRIPREME U HRVANJU (147847)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Mario Baić	
Kancelarija		136	
Konzultacije		Ponedjeljkom od 13:00 do 13:30 sati putem e maila ili telefona, a od 13:30 do 14:00 u hrvačkoj dvorani, te druge dane po prethodnom dogovoru.	
e-mail		mario.baic@kif.hr	
Telefon		+38513658736	
Nastavnik		doc. dr. sc. Damir Pekas	
Kancelarija		137	
Konzultacije		Ponedjeljkom od 13:00 do 13:30 sati u sobi 42 - mail/tlf, 13 30 - 14 00 u hrvačkoj dvorani, te u ostale termine po dogovoru putem e maila ili telefona	
e-mail		damir.pekas@kif.hr	
Telefon		+38513658737	
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	8 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (46P+44S) Izvedbeni sati: 45P*	očekivani broj studenata na predmetu	2 I
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Modeliranje i vrednovanje tehničko-taktičke pripreme u hrvanju ima za cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za modeliranje i vrednovanje tehničko taktičke pripreme u hrvanju (klasičnim, slobodnim i grappling načinom).		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći znanja o integraciji tehničko-taktičke pripreme u cjelokupni proces treninga u hrvanju, kao i znanja o zakonitostima tehničko-taktičke pripreme s aspekta dugoročnog, srednjoročnog i kratkoročnog planiranja u hrvanju. Na temelju znanja o strukturnim i biomehaničkim karakteristikama tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata student će moći izabrati sadržaje, opterećenja i metode pogodne za stjecanje motoričkih znanja za izvedbu tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata. Temeljni ishod učenja je osposobljenost studenta da zna prenijeti znanje na druge u procesu poučavanja novih motoričkih zadataka.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o: - metodama poučavanja u hrvanju, odnosno postupcima za usvajanje, usavršavanje, stabilizaciju i automatizaciju motoričkih znanja, odnosno tehnike i taktike hrvanja, - primjeni rezultata istraživanja u efektima različitih metoda poučavanja, - metodici poučavanja i treninga napredne tehnike i taktike, - analizi uspješnosti izvođenja elemenata tehnike i taktike, - sustavima za kinematičku analizu u postupku uočavanja i ispravljanja motoričkih pogrešaka,		



	- registraciji i primjeni statističkih pokazatelja natjecateljske efikasnosti i njihovoj primjeni u analizi uspješnosti pojedinaca i ekipa.					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari: 1. Definicija, struktura i značajke tehničko-taktičke pripreme u izabranom sportu (2P) 2. Postupci za usvajanje, usavršavanje, stabilizaciju i automatizaciju motoričkih znanja, odnosno tehnike i taktike hrvanja. (2P + 2S) 3. Proces učenja: davanje informacija, demonstracija, izvođenje motoričkog zadatka, uočavanje i ispravljanje motoričkih grešaka, vrednovanje naučenog tehničko – taktičkog znanja. (2P + 2S) 4. Primjena rezultata istraživanja u efektima različitih metoda poučavanja (analitička, sintetička, situacijska i kombinirana metoda poučavanja). (2P + 2S) 5. Metodika poučavanja i treninga napredne tehnike u hrvanju (klasičnim, slobodnim i grappling načinom). (2P + 2S) 6. Metodika poučavanja i treninga napredne taktike u hrvanju (klasičnim, slobodnim i grappling načinom). (2P + 2S) 7. Hijerarhijska struktura i redosljed poučavanja elemenata tehničke i tehničko-taktičke pripremljenosti. (2P + 2S) 8. Stupnjevita izobrazba tehničkih i tehničko-taktičkih znanja: početna obuka, napredna obuka, situacijsko usavršavanje, natjecateljsko usavršavanje. (2P + 2S) 9. Analiza uspješnosti izvođenja elemenata tehnike i taktike. (2P + 2S) 10. Sustavi za kinematičku analizu u postupku uočavanja i ispravljanja motoričkih pogrešaka. (2P + 2S) 11. Korištenje trenažera i i tehničkih pomagala u procesu učenja struktura kretanja i struktura situacija u hrvanju. (2P + 2S) 12. Registracija i primjena statističkih pokazatelja natjecateljske efikasnosti i njihova primjena u analizi uspješnosti pojedinaca i ekipa. (2P + 2S) 13. Primjena rezultata istraživanja u učincima različitih metoda poučavanja (analitička, sintetička, situacijska i kombinirana) (2P + 2S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	19%	1,52	Seminarski rad	25%	2
	praktični ispit	31%	2,48	usmeni ispit	25%	2
				ukupno	8 ECTS	
obvezna literatura	Marić, J., Baić, M., & Cvetković, Č. (2007). Primjena hrvanja u ostalim sportovima. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. Marić, J. (1990). Rvanje slobodnim načinom. Zagreb: Sportska tribina. Marić, J. (1985). Rvanje klasičnim načinom. Zagreb: Sportska tribina.					
dopunska literatura	1. Baić, M., Cvetković, Č., Kostanjević, K. (2009). Primjena paralelno-izmjeničnog oblika rada u treningu hrvača. U: Neljak, B. (ur.) Zbornik radova 18. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske, Poreč, 2009, „Metodički i organizacijski oblici rada u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije, Zagreb: Hrvatski kineziološki savez, 256-261. 2. Baić, M., Cvetković, Č., Karnenčić, H., Kurjaković, K. (2002.). Utjecaj vremenskih i bodovnih parametara te opomena zbog pasivnosti na uspjeh u hrvanju. U: Milanović, D., Heimer, S., Jukić, I., Kulier, I., Matković, Br. (ur.) Zbornik radova Znanstveno-stručnog skupa „Dopunski sadržaji sportske pripreme“ <u sklopu> 11. zagrebačkog sajma sporta i nautike, Zagreb, 22 i 23. veljače 2002., Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu; Zagrebački športski savez, 303-307.					



	3. Baić, M., Marić, J., Karninčić, H. (2002). Utjecaj taktičkih priprema tehnika na uspjeh hrvča. U Milanović, D., Heimer, S., Jukić, I., Kulier, I., Matković, Br. (ur.) Zbornik radova Znanstveno- stručnog skupa „Dopunski sadržaji sportske pripreme“ <u sklopu> 11. zagrebačkog sajma sporta i nautike, Zagreb, 22 i 23. veljače 2002., Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu; Zagrebački športski savez, 296-302. 4. Cvetković, Č., Baić, M., Slaćanac, K. (2009). Primjena izmjenično-odjelnog oblika rada u treningu hrvča. u: Neljak, B. (ur.) Zbornik radova 18. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske, Poreč, 2009, „Metodički i organizacijski oblici rada u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije, Zagreb: Hrvatski kineziološki savez, 274-279. 5. Petrov, R., Dobrev, D., Berberov, N., Makaveev, O. (1977). Svobodna i klasičeska borba. Sofija: Medicina i fizkultura. (prijevod na hrvatski s bugarskog).
način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva. Istraživački rad tijekom trajanja studija. Anonimna studentska anketa.



SPECIFIČNOSTI RADA S DJECOM U HRVANJU (147848)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Mario Baić	
Kancelarija		136	
Konzultacije		Ponedjeljkom od 13:00 do 13:30 sati putem e maila ili telefona, a od 13:30 do 14:00 u hrvačkoj dvorani, te druge dane po prethodnom dogovoru.	
e-mail		mario.baic@kif.hr	
Telefon		+38513658736	
Nastavnik		doc. dr. sc. Damir Pekas	
Kancelarija		137	
Konzultacije		Ponedjeljkom od 13:00 do 13:30 sati u sobi 42 - mail/tlf, 13 30 - 14 00 u hrvačkoj dvorani, te u ostale termine po dogovoru putem e maila ili telefona	
e-mail		damir.pekas@kif.hr	
Telefon		+38513658737	
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	6 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	60 (30P+15S+15V) Izvedbeni sati: 30P*	očekivani broj studenata na predmetu	2 I
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Specifičnosti rada s djecom u hrvanju ima za cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za rad s djecom u hrvanju (klasičnim, slobodnim i grappling načinom)..		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Na razini programa koji obrazuje specijaliste trenerske struke studenti će steći potrebna znanja o značajkama rasta i razvoja djece koja će uspješno integrirati u oblikovanju metodičkih postupaka kondicijskog vježbanja i motoričkog poučavanja kao i planiranja i programiranja etapa dugoročne sportske pripreme.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Na razini predmeta studenti će steći potrebna znanja o specifičnostima rada s djecom u hrvanju a koja se najviše odnose na: - dobne kategorije djece u hrvanju (klasični, slobodni, grappling...); - karakteristike rasta i razvoja djece potencijalnih hrvača; - senzitivne faze u razvoju pojedinih funkcionalno-motoričkih sposobnosti; - specifičnosti metodičkih postupaka razvoja kondicijskih sposobnosti; - specifičnosti metodičkih postupaka poučavanja motoričkih zadataka; - uvažavanje kronološke i biološke dobi u treningu djece hrvača; - planiranje i programiranje treninga djece hrvača u pojedinim razvojnim etapama; - etička pitanja treninga djece; - zdravstvenu zaštitu djece hrvača; - suradnju trenera i ostalih članova stručnog tima u postizanju stupnjevito razvoja djece hrvača.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen	Predavanja i seminari		



prema satnici nastave	1. Tjelesni, senzomotorički, kognitivni i emocionalni razvoj djece uključene u hrvanje (1P+1S) 2. Biotička motorička znanja kao temelj rada sa djecom u hrvanju (2P+2S) 3. Senzitivne faze razvoja motoričkih i funkcionalnih sposobnosti hrvača uzrasta početnika i mlađih dječaka (1P+1S) 4. Senzitivne faze razvoja motoričkih i funkcionalnih sposobnosti hrvača starijih dječaka i kadeta (1P+1S) 5. Senzitivne faze razvoja motoričkih i funkcionalnih sposobnosti hrvača juniora (1P+1S) 6. Primijenjena istraživanja o razvojnim obilježjima i senzitivnim fazama u treningu djece hrvača (1P+1S) 7. Darovitost djece za hrvanje, prepoznavanje sportskih talenata (2P+2S) 8. Dijagnostički postupci u selekciji potencijalnih hrvanje u izabranom sportu (2P+2S) 9. Čimbenici rada s djecom u hrvanju (obitelj, škola, društvena zajednica, sportski klub i sportski savez) (1P+1S) 10. Specifičnost izbora sadržaja i doziranja opterećenja u treningu djece u hrvanju (2P+2S) 11. Specifičnost metoda vježbanja i poučavanja djece u hrvanju (2P+2S) 12. Jednostavni oblici borenja u hrvanju te igre hrvača (1P+1S) 13. Periodizacija dugoročne sportske pripreme djece hrvača: dobne kategorije (1P+1S) 14. Primjena znanja o senzitivnim fazama u kreiranju plana i programa sportske pripreme dječaka, kadeta i juniora (1P+1S) 15. Dugoročno (perspektivno) planiranje i programiranje treninga u etapama dugoročne sportske pripreme u hrvanju. Transfer znanja o biološkim determinantama i metodičkim principima treninga djece u hrvanju. (2P+2S) 16. Sportske škole: dugoročna sportska izobrazba hrvača u školskom i klupskom sustavu (2P+2S) 17. Vrednovanje i ocjenjivanje učinaka treninga u pojedinim etapama dugoročne sportske pripreme (2P+2S) 18. Etička pitanja treninga djece hrvača (potencijalni izvori zlostavljanja, neadekvatno reduciranje tjelesne mase..) (1P+1S) 19. Zdravstvena zaštita djece hrvača (suradnja trenera, školskog liječnika, liječnika specijalista sportske medicine, psihologa i školskog pedagoga) (2P+2S) 20. Analiza optimalne dobi za početak bavljenjem hrvanjem (2P+2S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	16,5%	1	Seminarski rad	16,5%	1
	Pismeni ispit	25%	1,5	usmeni ispit	42%	2,5
				ukupno		6 ECTS
obvezna literatura	Marić, J., Baić, M., & Cvetković, Č. (2007). Primjena hrvanja u ostalim sportovima. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. Marić, J. (1990). Rvanje slobodnim načinom. Zagreb: Sportska tribina. Marić, J. (1985). Rvanje klasičnim načinom. Zagreb: Sportska tribina.					
dopunska literatura	1. Baić, M., Cvetković, Č., Menčik, V., Mazinjanin, P. (2009). Kružni treninzi za razvoj izdržljivosti mladih hrvača. U: Jukić, I., Milanović, D., Gregov, C., Šimek, S. (ur.) Zbornik radova 7. godišnje međunarodne konferencije „Trening izdržljivosti“, Zagreb, 23 i 24. veljače, 2009., Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Udruga kondicijskih trenera Hrvatske, 284-286. 2. Kostanjević, K., Cvetković, Č., Baić, M., Pisačić, T., Slačanac, K. (2007). Specifične hrvačke igre mladih hrvača. U: Jukić, I., Milanović, D., Šimek, S. (ur.) Zbornik radova 5. godišnje međunarodne konferencije „Kondicijska priprema sportaša 2007.“, Zagreb, 23 i 24.					



	veljače, 2007., Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Udruga kondicijskih trenera Hrvatske, 211-213. 3. Petrov, R., Dobrev, D., Berberov, N., Makaveev, O. (1977). Svobodna i klasičeska borba. Sofija: Medicina i fizkultura. (prijevod na hrvatski s bugarskog). 4. Sertić, H., Segedi, I., Baić, M. (2008). Changes of anthropological status of children in wrestling sports following a three-year training – process. U: Milanović, D., Prot, F. (ur.) Proceedings Book of the 5 th International Scientific Conference on Kinesiology – „Kinesiology research trends and applications“, Zagreb, September 10-14, 2008, Zagreb: Faculty of Kinesiology, 976-979. 5. Slaćanac, K., Baić, M., Cvetković, Č., Maja Horvatin – Fučkar (2010). Elementarne igre za razvoj brzine i agilnosti u hrvača. U Jukić Igor, Cvita Gregov, Sanja Šalaj, Luka Milanović i Tatjana Trošt-Bobić (ur), Zbornik radova 8. godišnje međunarodne konferencije “Kondicijska priprema sportaša 2010”, Zagreb, 26. i 27. veljače, 2010. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Udruga kondicijskih trenera Hrvatske, 369 -372.
način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva. Istraživački rad tijekom trajanja studija. Anonimna studentska anketa.



STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U HRVANJU II (147849)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Mario Baić	
Kancelarija		136	
Konzultacije		Ponedjeljkom od 13:00 do 13:30 sati putem e maila ili telefona, a od 13:30 do 14:00 u hrvačkoj dvorani, te druge dane po prethodnom dogovoru.	
e-mail		mario.baic@kif.hr	
Telefon		+38513658736	
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	45 V	očekivani broj studenata na predmetu	2 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je stjecanje znanja o najnovijim tehnologijama praktičnog rada u području izabrane sportske specijalnosti.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju provoditi praktičan rad utemeljen na specijalističkoj izobrazbi za stjecanje stručnog naziva stručni specijalist trenerske struke – izabrani sport.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će samostalno provoditi dijagnostičke postupke za određivanje stanja pripremljenosti sportaša te realizirati praktičnim radom plan i program trenažnog procesa na svim razinama stupnjevito razvoja sportaša u različitim dobnim kategorijama. Posebni ishodi učenja na razini predmeta su: • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu morfoloških, funkcionalnih i motoričkih karakteristika sportaša. • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu razine tehničko taktičkih znanja sportaša. • Organizirati i provoditi planirani i programirani trenažni proces u različitim vremenskim ciklusima. • Organizirati i provoditi plan i program treninga djece i mladih sportaša u pojedinim fazama dugoročne sportske pripreme. • Organizirati, provoditi i kontrolirati plan i program treninga djece i mladih sportaša u pojedinim dijelovima godišnjeg ciklusa treninga. • Izraditi strateški plan i program razvoja sporta na lokalnoj, regionalnoj i globalnoj razini.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Programski sadržaji stručno trenerske prakse realizirati će se kroz tri karakteristične faze: U prvoj fazi studenti će pratiti, registrirati i analizirati stručni rad istaknutih trenera, u drugoj fazi studenti će asistirati odnosno pomagati u provedbi trenažnog rada mentora i istaknutih trenera. U trećoj fazi studenti će samostalno organizirati i provoditi pojedine sadržaje stručno trenerske prakse. Popis programskih sadržaja stručno trenerske prakse s pripadajućom satnicom: • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa prilagođenih uvjetima u kojim se trenažni proces provodi. (6V)		



	• Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za razvoj kvantitativnih kondicijskih sposobnosti. (6V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za razvoj kvalitativnih kondicijskih sposobnosti. (6V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za razvoj aerobnih funkcionalnih kondicijskih sposobnosti. (6V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za razvoj anaerobnih funkcionalnih kondicijskih sposobnosti. (6V) • Praktično provođenje kondicijskih programa preventivnog, razvojnog i održavajućeg karaktera. (5V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za učenje i usavršavanje tehničkih elemenata izabranog sporta. (5V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za učenje i usavršavanje taktičkih elemenata izabranog sporta. (5V)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	Praktični rad		60%	Seminarski rad	20%	
				usmeni ispit	20%	
				ukupno	5 ECTS	
	Ocjenjivanje i vrednovanje planova i programa treninga te provedbe trenažnog procesa na terenu od strane ekspertnog tima.					
obvezna literatura	LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM SPORTSIM SPECIJALNOSTIMA (literatura je navedena u okviru predmeta pojedine sportske specijalnosti).					
dopunska literatura	DOPUNSKA LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM SPORTSKIM SPECIJALNOSTIMA (literatura je navedena u okviru predmeta pojedine sportske specijalnosti).					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



MODUL – JUDO – II. SEM

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Modul JUDO						
147858	Kineziološka analiza juda	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić	23	22	0	6
147859	Primijenjena istraživanja u judu	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić	16	14	0	4
147860	Modeliranje i vrednovanje kondicijske pripreme u judu	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić	23	22	0	6
147861	Modeliranje i vrednovanje tehničko-taktičke pripreme u judu	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić	46	44	0	8
147862	Specifičnosti rada s djecom u judu	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić	30	30	0	6
147863	Stručno-trenerska praksa u judu II.	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić	0	0	45	5
UKUPNO			138	132	45	35



KINEZILOŠKA ANALIZA JUDA (147858)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Hvoje Sertić	
kancelarija		155	
konzultacije		srijedom od 11.30 do 12.30 sati	
e-mail		hrvoje.sertic@kif.hr	
telefon		+38513658755	
Nastavnik		izv.prof. dr. sc. Ivan Segedi	
kancelarija		152	
konzultacije		Konzultacije po dogovoru - dogovor oko konzultacija se vrši preko mail adrese ivan.segedi@kif.hr (najmanje 5 radnih dana prije željenog termina konzultacija) Zbog izvođenja nastave u dvorani za borilačke sportove i dužeg trajanja praktičnog dijela konzultacija, nismo u mogućnosti utvrditi fiksni termin konzultacija te se iz tog razloga iste dogovaraju u direktnoj komunikaciji student - profesor	
e-mail		ivan.segedi@kif.hr	
telefon			
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	45 (23P+22S) Izvedbeni sati: 22P*	očekivani broj studenata na predmetu	11
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Kineziološka analiza juda ima cilj stjecanje posebnih znanja vezanih za glavne strukturne, antropološke i biomehaničke značajke ove polistrukturalne sportske aktivnosti kao i izučavanje načina za najoptimalnije uključivanje dobivenih informacija u sustav treninga u izabranom sportu.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Kineziološka analiza juda studenti će naučiti glavne značajke sportske aktivnosti sa aspekta strukturnih i biomehaničkih parametara, kao i antropoloških značajki u procesu poučavanja i treninga s obzirom na dob, spol i razinu trenažnih zahtjeva. To će omogućiti uspješno provođenje procesa poučavanja i treninga judaša različite dobi i spola na svim razinama natjecanja.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o: - hijerarhijskoj strukturi tipičnih faza i podfaza u judu - važnosti pojedinih strukturnih jedinica u judo borbi - načinu registracije i analize različitih strukturnih jedinica u judo borbi - važnosti definiranja glavnih značajki tipičnih faza i podfaza sportske borbe u judu - važnosti utjecaja biomehaničkih parametara na sustav sastavljen od dva natjecatelja u borbi		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Analiza razvoja sporta i utjecaja promjene pravila na mijenjanje strukturnih značajki judo borbe (2P) 2. Analiza trendova postignutih rezultata, razvojni modeli sportske aktivnosti, prognoza razvoja modela judo borbe (2P+2S)		



	3. Analiza hijerarhijske strukture strukturnih jedinica judo borbe u odnosu na dob, spol i težinsku kategoriju (2P+2S) 4. Analitička razrada faza, podfaza i strukturnih jedinica judo borbe (2P+2S) 5. Mogućnosti registracije biomehaničkih parametara u judu te analiza mogućnosti implementacije istih u proces edukacije i sportske pripreme (2P+2S) 6. Modelne karakteristike gibanja u području biomehaničkih veličina (2P+2S) 7. Utjecaj antropoloških karakteristika na biomehaničke parametre sportske aktivnosti (2P+2S) 8. Analiza međudnosa različitih antropoloških značajki judaša u različitim težinskim kategorijama i struktura gibanja i situacija sportske aktivnosti (2P+2S) 9. Strukturna analiza tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata sportske aktivnosti u odnosu na atribut izabranog sporta (2P+2S) 10. Analiza važnosti homogenizacija sportske ekipe u judo treningu (2P+2S) 11. Tehničke karakteristike i način upotrebe uređaja za registraciju i prezentaciju pojedinih dijelova i cjeline motoričkih struktura podfaza i faza aktivnosti u judu (3P+4S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	12%	0,72	Istraživanje	21%	1,28
				usmeni ispit	67%	4
				ukupno	6 ECTS	
obvezna literatura	1.Sertić H; Segedi I. (2013) Judo-osnove. Zagreb, Gopal 2.Sertić, H. (2004). Osnove borilačkih sportova. Zagreb: Kineziološki fakultet. 3.Lucić, J., Gržeta, M. (2000). Judo u hrvatskoj vojsci. Zagreb: Ministarstvo obrane Republike Hrvatske. 4.Lucić, J., Gržeta, M. (2006). Judo u hrvatskoj vojsci – knjiga druga. Zagreb: Ministarstvo obrane Republike Hrvatske.					
dopunska literatura	1. Sertić, H., Segedi, I., Sterkowicz, S. (2007). Differences of the groups of throws used by men and woman in different weight categories during the European Junior Judo Championships. 1st European Scientific Congress of Judo. 10. 04. 2008., Lisabon, Portugal. 2. Sertić, H., Segedi, I., Vučak, T. (2009). Technical efficiency of men judokas during the european championships (u 23) in Zagreb 2008. In: Scardone, D. (ed.) Annals for the 6th International Science of Judo Symposium. Rotterdam, Netherlands, 25. 08. 2009. (20). 3. Segedi, I., Sertić, H., Vučak, T. (2009). Technical efficiency of women judokas during the european championships (u 23) in Zagreb 2008. In: Scardone, D. (ed.) Annals for the 6th International Science of Judo Symposium. Rotterdam, Netherlands, 25. 08. 2009. (36). 4. Sertić, H., Segedi, I., Lindi, H. (2010). European, Brazilian and Japanese Judo Fighting Style. EJU Poster Presentation for research. Vienna, Austria, 21. 04. 2010.					
način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva. Istraživački rad tijekom trajanja studija. Anonimna studentska anketa.					



PRIMIJEJENA ISTRAŽIVANJA U JUDU (147859)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Hvoje Sertić	
kancelarija		155	
konzultacije		srijedom od 11.30 do 12.30 sati	
e-mail		hrvoje.sertic@kif.hr	
telefon		+38513658755	
Nastavnik		izv.prof. dr. sc. Ivan Segedi	
kancelarija		152	
konzultacije		Konzultacije po dogovoru - dogovor oko konzultacija se vrši preko mail adrese ivan.segedi@kif.hr (najmanje 5 radnih dana prije željenog termina konzultacija) Zbog izvođenja nastave u dvorani za borilačke sportove i dužeg trajanja praktičnog dijela konzultacija, nismo u mogućnosti utvrditi fiksni termin konzultacija te se iz tog razloga iste dogovaraju u direktnoj komunikaciji student - profesor	
e-mail		ivan.segedi@kif.hr	
telefon			
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	4 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	30 (16P+14S) Izvedbeni sati: 15P*	očekivani broj studenata na predmetu	1 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta Primijenjena istraživanja u judu jest upoznati studente sa razinom istraživanja u području juda te naglasiti ulogu znanstvenog istraživanja te implementacije znanstvenih spoznaja u praksu za razvoj cjelokupne sportske aktivnosti.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Primijenjena istraživanja u izabranom sportu studenti će usvojiti adekvatna znanja za procjenu važnosti istraživanja u cjelokupnom okviru sportske pripreme kao i za međusobnu povezanost implementacije znanstvenih istraživanja u sportski trening i poboljšanja sportskih dostignuća samih sportaša.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja: - o različitoj metodologiji znanstvenih i stručnih istraživanja u sportu, - o strukturi znanstvenog i stručnog istraživanja u izabranom u judu, - o zakonitostima i karakteristikama plana istraživanja, - koja im omogućuju samostalno provođenje istraživanja u judu, - o interpretaciji rezultata istraživanja i njihovoj primjeni u judu,		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Struktura znanstvenih i stručnih istraživanja u judu (2P) 2. Metodologija znanstvenih i stručnih istraživanja u judu (2P+2S) 3. Analiza biomehaničkih istraživanja u judu i mogućnost primjene dobivenih spoznaja u praksu (2P+2S) 4. Analiza istraživanja strukturnih karakteristika juda i mogućnost primjene dobivenih spoznaja u praksu (2P+2S)		



	5. Analiza istraživanja antropoloških karakteristika judaša i mogućnost primjene dobivenih spoznaja u praksu (2P+2S) 6. Analiza istraživanja o različitim metodskim postupcima u sportskoj edukaciji i sportskoj pripremi judaša i mogućnost primjene dobivenih spoznaja u praksu (2P+2S) 7. Registracija, interpretacija i primjena rezultata istraživanja o karakteristikama treniranosti sportaša različitog razina natjecanja i razine kvalitete (2P+2S) 8. Konstrukcija i validacija testova za procjenu specifičnih motoričkih znanja i sposobnosti judaša (2P+2S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	12,5%	0,5	Istraživanje	37,5%	1,5
				usmeni ispit	50%	2
				ukupno	4 ECTS	
obvezna literatura	Sertić H; Segedi I. (2013) Judo-osnove. Zagreb, Gopal Sertić, H. (2004). Osnove borilačkih sportova. Zagreb: Kineziološki fakultet. Lucić, J., Gržeta, M. (2000). Judo u hrvatskoj vojsci. Zagreb: Ministarstvo obrane Republike Hrvatske. Lucić, J., Gržeta, M. (2006). Judo u hrvatskoj vojsci – knjiga druga. Zagreb: Ministarstvo obrane Republike Hrvatske.					
dopunska literatura	1. Sertić, H., Vuleta, D. (1997). Utjecaj varijabli za procjenu repetitivne i eksplozivne snage sa uspjehom u judo borbi kod djece od 11 godina. Kineziologija, 29 (2):54-60. 2. Krstulović, S., Sekulić, D., Sertić, H. (2005): Anthropological determinants of Success in young Judoists. Collegium Antropologicum 29:(2), 315-322. 3. Sertić, H., Segedi, I., Žvan, M. (2007). Relations of certain anthropometric variables with the performance quality of throwing techniques in judo. Kinesiologia Slovenica, Vol 13 (1), 48-60. 4. Sertić, H., Sterkowicz, S., Vuleta, D. (2009). Influence of latent motor abilities on performance in judo. Kinesiology, Vol. 41 (1): 76-87.					
način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva. Istraživački rad tijekom trajanja studija. Anonimna studentska anketa.					



MODELIRANJE I VREDNOVANJE KONDICIJSKE PRIPREME U JUDU(147860)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Hvoje Sertić	
kancelarija		155	
konzultacije		srijedom od 11.30 do 12.30 sati	
e-mail		hrvoje.sertic@kif.hr	
telefon		+38513658755	
Nastavnik		izv.prof. dr. sc. Ivan Segedi	
kancelarija		152	
konzultacije		Konzultacije po dogovoru - dogovor oko konzultacija se vrši preko mail adrese ivan.segedi@kif.hr (najmanje 5 radnih dana prije željenog termina konzultacija) Zbog izvođenja nastave u dvorani za borilačke sportove i dužeg trajanja praktičnog dijela konzultacija, nismo u mogućnosti utvrditi fiksni termin konzultacija te se iz tog razloga iste dogovaraju u direktnoj komunikaciji student - profesor	
e-mail		ivan.segedi@kif.hr	
telefon			
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	6 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	45 (23P+22S) Izvedbeni sati: 22P*	očekivani broj studenata na predmetu	11
ciljevi predmeta	Cilj predmeta modeliranje i vrednovanje kondicijske pripreme jest studentima pružiti znanja o ciljevima i zadaćama kondicijske pripreme unutar cjelokupnog koncepta sportskog i rekreativnog treninga te njezinom utjecaju na realizaciju i poboljšanje izvedbe kao i međuodnosu tehničke, taktičke, psihološke i kondicijske pripreme.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti stječu znanja o integraciji kondicijske pripreme u svakoj pojedinoj fazi sportskog treninga juda u odnosu na dob i spol sportaša, razinu kvalitete kao i o integraciji kondicijske pripreme unutar godišnjeg ili višegodišnjeg procesa sportskog treninga. Nakon apsolviranja predmeta studenti će biti osposobljeni za izradu, provedbu i kontrolu metodički ispravnog kondicijskog trenažnog procesa.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja: - o ciljevima i značajkama kondicijske pripreme u sportskom treningu, - o ciljevima i značajkama kondicijske pripreme kod sportaša različite dobi, - o ciljevima i značajkama kondicijske pripreme kod sportaša različitog spola, - o ciljevima i značajkama kondicijske pripreme različitih faza sportske karijere, - o ciljevima i značajkama kondicijske pripreme različitih faza unutar godišnje periodizacije, - o različitim metodama kondicijske pripreme.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Kondicijska priprema kao kategorija sportskog treninga (1P) 2. Međuodnos kondicijske, tehničke, taktičke i psihološke pripreme u treningu juda (2P+2S)		



	3. Međuodnos bazičnih i specifičnih operatora za razvoj motoričkih sposobnosti u judu (2P+2S) 4. Međuodnos bazičnih i specifičnih operatora za razvoj funkcionalnih sposobnosti u judu (2P+2S) 5. Analiza efekata različitih metoda treninga za razvoj snage u judu (2P+2S) 6. Analiza efekata različitih metoda treninga za razvoj brzine u judu (2P+2S) 7. Analiza efekata različitih metoda treninga za razvoj izdržljivosti u judu (2P+2S) 8. Analiza efekata različitih metoda treninga za razvoj koordinacije u judu (2P+2S) 9. Analitički pristup kondicijskom treningu u višegodišnjem trenažnom procesu u judu (2P+2S) 10. Analitički pristup kondicijskom treningu vrhunskih judaša u jednogodišnjem ciklusu (2P+2S) 11. Diferencijalne karakteristike kondicijske pripreme s obzirom na spol, dob i kvalitativnu razinu judaša (2P+2S) 12. Fiziološki efekti kondicijske pripreme i njihov utjecaj na trening (2P+2S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	12%	0,72	Seminarski rad	25%	1,5
	Pismeni ispit	21,5%	1,28	usmeni ispit	41,5%	2,5
				ukupno	6 ECTS	
obvezna literatura	Sertić H; Segedi I. (2013) Judo-osnove. Zagreb, Gopal Sertić, H. (2004). Osnove borilačkih sportova. Zagreb: Kineziološki fakultet. Lucić, J., Gržeta, M. (2000). Judo u hrvatskoj vojsci. Zagreb: Ministarstvo obrane Republike Hrvatske. Lucić, J., Gržeta, M. (2006). Judo u hrvatskoj vojsci – knjiga druga. Zagreb: Ministarstvo obrane Republike Hrvatske.					
dopunska literatura	1. Sertić, H., Segedi, I., Sterkowicz, S. (2007). Differences of the groups of throws used by men and woman in different weight categories during the European Junior Judo Championships. 5th International Judo Federation World Research Symposium, Rio de Janeiro, Brazil, 12. September. 2. Sertić, H., Segedi, I., Vidranski, T. (2009). Metodika treninga judaša različitih dobnih kategorija. u: Findak, V. (ur.) Zbornik radova 18. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske, Poreč, 23. – 27. 06. 2009. Zagreb: Hrvatski kineziološki savez, 464-468. 3. Sertić, H., Lindi, H., Baić, M. (2003). Specifičnosti metodskih postupaka za poučavanje judo tehnika. u: Findak, V. (ur.) Zbornik radova „Metode rada u području edukacije, sporta i sportske rekreacije“ 12. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske., Rovinj 17. – 21. 06. 2003., Zagreb: Hrvatski kineziološki savez, 171-174.					
način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva. Istraživački rad tijekom trajanja studija. Anonimna studentska anketa.					



MODELIRANJE I VREDNOVANJE TEHNIČKO-TAKTIČKE PRIPREME U JUDU

(147861)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Hvoje Sertić	
kancelarija		155	
konzultacije		srijedom od 11.30 do 12.30 sati	
e-mail		hrvoje.sertic@kif.hr	
telefon		+38513658755	
Nastavnik		izv.prof. dr. sc. Ivan Segedi	
kancelarija		152	
konzultacije		Konzultacije po dogovoru - dogovor oko konzultacija se vrši preko mail adrese ivan.segedi@kif.hr (najmanje 5 radnih dana prije željenog termina konzultacija) Zbog izvođenja nastave u dvorani za borilačke sportove i dužeg trajanja praktičnog dijela konzultacija, nismo u mogućnosti utvrditi fiksni termin konzultacija te se iz tog razloga iste dogovaraju u direktnoj komunikaciji student - profesor	
e-mail		ivan.segedi@kif.hr	
telefon			
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	8 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (46P+44S) Izvedbeni sati: 45P*	očekivani broj studenata na predmetu	1 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta Modeliranje i vrednovanje tehničko taktičke pripreme u izabranom sportu jest studentima pružiti znanja o ciljevima i zakonitostima tehničko-taktičke pripreme sportaša uvažavajući osnovne strukturne, biomehaničke i anatomske značajke juda povezujući ih s najnovijim spoznajama o učincima različitih metoda prenošenja i usvajanja informacija.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za samostalno oblikovanje metodičkih postupaka učenja i poučavanja u judu. Studenti će naučiti integrirati tehničko-taktičku pripremu u cjelokupni proces treninga juda, kao i znanja o zakonitostima tehničko-taktičke pripreme s aspekta dobi, spoli, težinske kategorije i kvalitativnog ranga u judu. Na temelju znanja o strukturnim i biomehaničkim karakteristikama tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata student će moći izabrati sadržaje, opterećenja i metode pogodne za stjecanje motoričkih znanja za izvedbu tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata. Temeljni ishod učenja je osposobljenost studenta da zna prenijeti znanja o poučavanju judaša različitih dobnih kategorija i kvalitetne razine.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o: - načinima analize osnovnih tehničkih i taktičkih struktura u judu - načinima registracije i primjene informacija u procesu ispravljanja pogrešaka tijekom obuke osnovnih i naprednih tehničkih struktura u judu		



	- načinima registracije i primjene informacija u procesu ispravljanja pogrešaka tijekom obuke osnovnih i naprednih taktičkih struktura u judu - važnosti konstantnog praćenja i unapređenja procesa učenja i vježbanja					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari: 1. Definicija, struktura i značajke tehničko-taktičke pripreme u judu (2P) 2. Metode vježbanja prema načinu prenošenja informacija: vizuelna metoda (2P+2S) 3. Metode vježbanja prema načinu prenošenja informacija: verbalna metoda (2P+2S) 4. Metode vježbanja prema načinu prenošenja informacija: problemska metoda (2P+2S) 5. Metode vježbanja prema načinu prenošenja informacija: motorička metoda (2P+2S) 6. Metode vježbanja prema načinu usvajanja informacija: analitička metoda (2S+2P) 7. Metode vježbanja prema načinu usvajanja informacija: sintetička metoda (2S+2P) 8. Metode vježbanja prema načinu usvajanja informacija: ideomotorička metoda (2S+2P) 9. Međuodnos bazičnih i specifičnih metodskih postupaka u judu (2P+2S) 10. Postupci za usvajanje, usavršavanje, stabilizaciju i automatizaciju tehničkih struktura u judu (2P+2S) 11. Postupci za usvajanje, usavršavanje, stabilizaciju i automatizaciju taktičkih struktura u judu (2P+2S) 12. Proces učenja: uočavanje i ispravljanje motoričkih grešaka (2P+2S) 13. Proces učenja: vrednovanje naučenog tehničko-taktičkog znanja (2P+2S) 14. Modeliranje treninga elementarne i napredne tehnike u stojećem stavu(2P+2S) 15. Modeliranje treninga elementarne i napredne tehnike u parteru (2P+2S) 16. Modeliranje treninga elementarne i napredne taktike u borbi (2P+2S) 17. Hijerarhijska struktura važnosti tehničko taktičkih elemenata juda u borbi s obzirom na dob i spol judaša (2P+2S) 18. Hijerarhijska struktura važnosti tehničko taktičkih elemenata juda u borbi s obzirom na težinsku kategoriju judaša (2P+2S) 19. Hijerarhijska struktura važnosti tehničko taktičkih elemenata juda u borbi s obzirom na kvalitativni nivo judaša (2P+2S) 20. Redoslijed poučavanja elemenata tehničke i tehničko-taktičke pripremljenosti u judu (2P+2S) 21. Analiza uspješnosti izvođenja elemenata tehnike i taktike (2P+2S) 22. Sustavi za kinematičku analizu u postupku uočavanja i ispravljanja motoričkih pogrešaka (2P+2S) 23. Registracija i primjena statističkih pokazatelja natjecateljske aktivnosti i njihova primjena u analizi uspješnosti judaša (2P+2S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	19%	1,52	Seminarski rad	19%	1,52
	Pismeni ispit	19%	1,52	usmeni ispit	43%	3,44
				ukupno	8 ECTS	
obvezna literatura	Sertić H; Segedi I. (2013) Judo-osnove. Zagreb, Gopal Sertić, H. (2004). Osnove borilačkih sportova. Zagreb: Kineziološki fakultet. Lucić, J., Gržeta, M. (2000). Judo u hrvatskoj vojsci. Zagreb: Ministarstvo obrane Republike Hrvatske. Lucić, J., Gržeta, M. (2006). Judo u hrvatskoj vojsci – knjiga druga. Zagreb: Ministarstvo obrane Republike Hrvatske.					
dopunska literatura	1. Sertić, H., Segedi, I., Sterkowicz, S. (2007). Differences of the groups of throws used by men and woman in different weight categories during the European Junior Judo					



	Championships. 5th International Judo Federation World Research Symposium, Rio de Janeiro, Brazil, 12. September. 2. Sertić, H., Segedi, I., Vidranski, T. (2009). Metodika treninga judaša različitih dobnih kategorija. u: Findak, V. (ur.) Zbornik radova 18. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske, Poreč, 23. – 27. 06. 2009. Zagreb: Hrvatski kineziološki savez, 464-468. 3. Sertić, H., Lindi, H., Baić, M. (2003). Specifičnosti metodskih postupaka za poučavanje judo tehnika. u: Findak, V. (ur.) Zbornik radova „Metode rada u području edukacije, sporta i sportske rekreacije“ 12. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske., Rovinj 17. – 21. 06. 2003., Zagreb: Hrvatski kineziološki savez, 171-174.
način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva. Istraživački rad tijekom trajanja studija. Anonimna studentska anketa.



SPECIFIČNOSTI RADA S DJECOM U JUDU (147862)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Hvoje Sertić	
kancelarija		155	
konzultacije		srijedom od 11.30 do 12.30 sati	
e-mail		hrvoje.sertic@kif.hr	
telefon		+38513658755	
Nastavnik		izv.prof. dr. sc. Ivan Segedi	
kancelarija		152	
konzultacije		Konzultacije po dogovoru - dogovor oko konzultacija se vrši preko mail adrese ivan.segedi@kif.hr (najmanje 5 radnih dana prije željenog termina konzultacija) Zbog izvođenja nastave u dvorani za borilačke sportove i dužeg trajanja praktičnog dijela konzultacija, nismo u mogućnosti utvrditi fiksni termin konzultacija te se iz tog razloga iste dogovaraju u direktnoj komunikaciji student - profesor	
e-mail		ivan.segedi@kif.hr	
telefon			
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	6 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	60 (30P+15S+15V) Izvedbeni sati: 30P*	očekivani broj studenata na predmetu	1 I
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Specifičnosti rada s djecom u izabranom sportu ima cilj stjecanje posebnih znanja vezanih za razvojna obilježja djece, senzitivne faze razvoja motoričkih sposobnosti i znanja koja će treneri koristiti u svrhu očuvanja i unapređenja zdravlja te optimalnog sportskog razvoja djece u svim etapama dugoročne sportske pripreme.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Na razini programa koji obrazuje specijaliste trenerske struke studenti će steći potrebna znanja o značajkama rasta i razvoja djece koja će uspješno integrirati u oblikovanju metodičkih postupaka kondicijskog vježbanja i motoričkog poučavanja kao i planiranja i programiranja etapa dugoročne sportske pripreme judu.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Na razini predmeta studenti će steći potrebna znanja o specifičnostima rada s djecom u izabranom sportu a koja se najviše odnose na: - dobne kategorije djece u izabranom sportu; - karakteristike rasta i razvoja djece potencijalnih sportaša; - senzitivne faze u razvoju pojedinih funkcionalno-motoričkih sposobnosti; - specifičnosti metodičkih postupaka razvoja kondicijskih sposobnosti; - specifičnosti metodičkih postupaka poučavanja motoričkih zadataka; - uvažavanje kronološke i biološke dobi u treningu djece sportaša; - planiranje i programiranje treninga djece sportaša u pojedinim razvojnim etapama; - etička pitanja treninga djece; - zdravstvenu zaštitu djece sportaša;		



	- suradnju trenera i ostalih članova stručnog tima u postizanju stupnjevitog razvoja djece sportaša.					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Međuodnos biološke i kronološke dobi mladih boksača kao važan faktor u planiranju i programiranju sportskog treninga (2S+2P) 2. Biotička motorička znanja kao temelj rada sa djecom u judu (2P+2S) 3. Senzitivne faze razvoja motoričkih i funkcionalnih sposobnosti djece predškolske i rane školske dobi (2P+2S) 4. Senzitivne faze razvoja motoričkih i funkcionalnih sposobnosti djece predpubertetske i pubertetske dobi (2P+2S) 5. Senzitivne faze razvoja motoričkih i funkcionalnih sposobnosti djece u adolescenciji (2P+2S) 6. Primijenjena istraživanja o razvojnim obilježjima i senzitivnim fazama u treningu djece sportaša (2P+2S) 7. Čimbenici selekcije mladih judaša (2S+2P) 8. Psihosocijalne karakteristike mladih judaša (2P+2P) 9. Čimbenici rada s djecom u sportu (obitelj, škola, društvena zajednica i sportski klub) (2P+2S) 10. Specifičnost izbora sadržaja i doziranja opterećenja u treningu djece u judu (2P+2S) 11. Specifičnost metoda vježbanja i poučavanja djece u judu (2P+2S) 12. Periodizacija natjecanja mladih judaša (2P+2S) 13. Etička pitanja treninga djece sportaša (2P+2S) 14. Zdravstvena zaštita djece sportaša (suradnja trenera, školskog liječnika, liječnika specijalista sportske medicine, psihologa i školskog pedagoga) (2P+2S) 15. Analiza razvoja karijera najuspješnijih sportaša u judu (2P+2S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	16,5%	0,5	Seminarski rad	16,5%	1,5
	Pismeni ispit	25%	2,5	usmeni ispit	42%	3
				ukupno	6 ECTS	
obvezna literatura	Sertić H; Segedi I. (2013) Judo-osnove. Zagreb, Gopal Sertić, H. (2004). Osnove borilačkih sportova. Zagreb: Kineziološki fakultet. Lucić, J., Gržeta, M. (2000). Judo u hrvatskoj vojsci. Zagreb: Ministarstvo obrane Republike Hrvatske. Lucić, J., Gržeta, M. (2006). Judo u hrvatskoj vojsci – knjiga druga. Zagreb: Ministarstvo obrane Republike Hrvatske.					
dopunska literatura	1. Sertić, H., Segedi, I., Cvetković, Č., Baić, M. (2008). Influence of a programmed judo training on changes of anthropological features in children attending sport schools. In: Cynarski, W. J. (ed). 2nd International Scientific Conference of Experts – Researchers on Martial Arts and Humanists proceedings. Targowiska, Poland, 25. – 26. 04., 31. 2. Milanović, D. (2010). Teorija i metodika treninga, Zagreb: Kineziološki fakultet.					
način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva. Istraživački rad tijekom trajanja studija. Anonimna studentska anketa.					



STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U JUDU II (147863)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Hvoje Sertić	
kancelarija		155	
konzultacije		srijedom od 11.30 do 12.30 sati	
e-mail		hrvoje.sertic@kif.hr	
telefon		+38513658755	
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	45 V	očekivani broj studenata na predmetu	1 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je stjecanje znanja o najnovijim tehnologijama praktičnog rada u području izabrane sportske specijalnosti.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju provoditi praktičan rad utemeljen na specijalističkoj izobrazbi za stjecanje stručnog naziva stručni specijalist trenerske struke – izabrani sport.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će samostalno provoditi dijagnostičke postupke za određivanje stanja pripremljenosti sportaša te realizirati praktičnim radom plan i program trenažnog procesa na svim razinama stupnjevito razvoja sportaša u različitim dobnim kategorijama. Posebni ishodi učenja na razini predmeta su: • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu morfoloških, funkcionalnih i motoričkih karakteristika sportaša. • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu razine tehničko taktičkih znanja sportaša. • Organizirati i provoditi planirani i programirani trenažni proces u različitim vremenskim ciklusima. • Organizirati i provoditi plan i program treninga djece i mladih sportaša u pojedinim fazama dugoročne sportske pripreme. • Organizirati, provoditi i kontrolirati plan i program treninga djece i mladih sportaša u pojedinim dijelovima godišnjeg ciklusa treninga. • Izraditi strateški plan i program razvoja sporta na lokalnoj, regionalnoj i globalnoj razini.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Programski sadržaji stručno trenerske prakse realizirati će se kroz tri karakteristične faze: U prvoj fazi studenti će pratiti, registrirati i analizirati stručni rad istaknutih trenera, u drugoj fazi studenti će asistirati odnosno pomagati u provedbi trenažnog rada mentora i istaknutih trenera. U trećoj fazi studenti će samostalno organizirati i provoditi pojedine sadržaje stručno trenerske prakse. Popis programskih sadržaja stručno trenerske prakse s pripadajućom satnicom: • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa prilagođenih uvjetima u kojim se trenažni proces provodi. (6V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za razvoj kvantitativnih kondicijskih sposobnosti. (6V)		



	• Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za razvoj kvalitativnih kondicijskih sposobnosti. (6V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za razvoj aerobnih funkcionalnih kondicijskih sposobnosti. (6V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za razvoj anaerobnih funkcionalnih kondicijskih sposobnosti. (6V) • Praktično provođenje kondicijskih programa preventijskog, razvojnog i održavajućeg karaktera. (5V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za učenje i usavršavanje tehničkih elemenata izabranog sporta. (5V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za učenje i usavršavanje taktičkih elemenata izabranog sporta. (5V)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	Praktični rad		60%	Seminarski rad	20%	
				usmeni ispit	20%	
				ukupno		5 ECTS
	Ocjenjivanje i vrednovanje planova i programa treninga te provedbe trenažnog procesa na terenu od strane ekspertnog tima.					
obvezna literatura	LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM SPORTSIM SPECIJALNOSTIMA (literatura je navedena u okviru predmeta pojedine sportske specijalnosti).					
dopunska literatura	DOPUNSKA LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM SPORTSKIM SPECIJALNOSTIMA (literatura je navedena u okviru predmeta pojedine sportske specijalnosti).					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



MODUL – KAJAKAŠTVO – II. SEM

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Modul KAJAKAŠTVO						
163420	Kineziološka analiza kajakaštva	prof. dr. sc. Nikola Prlenda	23	22	0	6
163421	Primijenjena istraživanja u kajakaštvu	prof. dr. sc. Nikola Prlenda	16	14	0	4
163422	Modeliranje i vrednovanje kondicijske pripreme u kajakaštvu	prof. dr. sc. Nikola Prlenda	23	22	0	6
163423	Modeliranje i vrednovanje tehničko-taktičke pripreme u kajakaštvu	prof. dr. sc. Nikola Prlenda	46	44	0	8
163424	Specifičnosti rada s djecom u kajakaštvu	prof. dr. sc. Nikola Prlenda	30	30	0	6
163425	Stručno-trenerska praksa u kajakaštvu II.	prof. dr. sc. Nikola Prlenda	0	0	45	5
UKUPNO			138	132	45	35



KINEZIOLOŠKA ANALIZA KAJAKAŠTVA (163420)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Nikola Prlenda	
kancelarija			
konzultacije			
e-mail		nikola.prlenda@kif.hr	
telefon			
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	45 (23P+22S) Izvedbeni sati: 22P*	očekivani broj studenata na predmetu	1 I
ciljevi predmeta	Kineziološka analiza kajakaštva ima cilj stjecanje naprednih, specijaliziranih znanja vezanih za glavne strukturne, antropološke i biomehaničke značajke disciplina kajakaštva te način kvalitetnog uključivanja dobivenih informacija u sustav treninga u kajakaštvu.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Znanja o kineziološkoj analizi kajakaštva omogućit će studentima kvalitetnu analizu strukturalnih, biomehaničkih, anatomskih i funkcionalnih spoznaja o kajakaštvu te spoznaja o razini njihove važnosti u procesu poučavanja i treninga kajakaša / ica od razine početnika do razine sudionika na najvišim svjetskim natjecanjima.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o: - znanja o načinu modeliranja razvoja kajakaštva kao sportske i rekreacijske aktivnosti u kvantitativnom i kvalitativnom obliku; - znanja o važnosti definiranja strukturnih značajki pojedinih kajakaških disciplina, povezanosti struktura gibanja i struktura situacija kao i znanja za definiranje važnosti pojedinih faza i pod faza kajakaške sportske aktivnosti za konačni rezultat; - znanja o međusobnoj povezanosti antropoloških karakteristika, definiranju hijerarhijskog odnosa među motoričkim i funkcionalnim sposobnostima, a koji može biti osnova za planiranje i programiranje trenažnog procesa u kajakaštvu; - znanja o načinu registracije i analize najvažnijih biomehaničkih i elektromiografskih parametara sportske aktivnosti u različitim kajakaškim disciplinama.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Analiza razvoja različitih kajakaških disciplina (2P) 2. Analiza trendova postignutih rezultata, razvojni modeli kajakaške aktivnosti, prognoza razvoja kajakaškog sporta. (2P+2S) 3. Klasifikacija kajakaštva kao sportske aktivnosti, međuodnos struktura gibanja i struktura situacija (2P+2S) 4. Analitička razrada faza, podfaza i strukturnih jedinica u kajakaštvu (2P+2S) 5. Načini registracije biomehaničkih i elektromiografskih parametara u kajakaštvu, načini analize i interpretacije registriranih biomehaničkih i elektromiografskih parametara, komparacija biomehaničkih parametara kajakaša / ica različite kvalitete (2P+2S) 6. Modelne karakteristike gibanja u području strukturnih i biomehaničkih veličina u kajakaštvu (2P+2S) 7. Utjecaj antropoloških karakteristika na biomehaničke parametre u kajakaškom sportu (2P+2S)		



	8. Međuodnos antropoloških karakteristika i struktura gibanja kajakaške sportske aktivnosti (2P+2S) 9. Strukturna analiza tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata kajakaštva u odnosu na attribute kajakaškog sporta (2P+2S) 10. Strukturna i biomehanička analiza početnog stava, zaleta, izbačaja kugle i zaustavnog koraka (2P+2S) 11. Tehničke karakteristike i način upotrebe uređaja za registraciju i prezentaciju pojedinih strukturnih i biomehaničkih parametara dijelova i cjeline motoričke aktivnosti u kajakaštvu (video analiza i APAS sustav) (3P+4S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	12%	0,72	Istraživanje	21%	1,28
				usmeni ispit	67%	4
				ukupno	6 ECTS	
obvezna literatura	Lenz, J. (2003). Metodika treninga kajakaša i kanuista. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez. Szanto, C. (2003). Natjecateljska kanuistika. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez. Issurin, V., Dotan, R. (1994). Znanstveni i praktični pristup treniranju juniora u kajaku i kanuu. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez.					
dopunska literatura	1. Lovrić, B., Crnković, T. (2012). 1. Međunarodni stručno- znanstveni seminar kajakaških i rafting trenera, instruktora i sudaca. Zbornik radova. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez. 2. Lovrić, B., Crnković, T. (2013). 2. Međunarodni stručno- znanstveni seminar kajakaških i rafting trenera, instruktora i sudaca. Zbornik radova. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez. 3. Lovrić, B., Crnković, T. (2014). 3. Međunarodni stručno- znanstveni seminar kajakaških i rafting trenera, instruktora i sudaca. Zbornik radova. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez.					
način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva. Istraživački rad tijekom trajanja studija. Anonimna studentska anketa.					



PRIMIJEJENA ISTRAŽIVANJA U KAJAKAŠTVU (163421)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Nikola Prlenda	
kancelarija			
konzultacije			
e-mail		nikola.prlenda@kif.hr	
telefon			
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	4 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	30 (16P+14S) Izvedbeni sati: 15P*	očekivani broj studenata na predmetu	1 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta Primijenjena istraživanja u kajakaštvu jest upoznati studente sa smjerovima i strukturom znanstvenih istraživanja i stručnih analiza u ovom dijelu polja kineziologije sporta te važnosti implementacije znanstvenih i stručnih spoznaja u sustav sportske pripreme kajakaša / ica. Sekundarni cilj predmeta jest osposobiti i potaknuti studente na samostalno provođenje stručnih analiza i znanstvenih istraživanja u kajakaštvu te aktivno promišljanje o primjenjivosti dobivenih spoznaja o kajakaštvu u treningu i rekreaciji.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Primijenjena istraživanja u kajakaštvustudenti će usvojiti adekvatna znanja za procjenu važnosti istraživanja za sportsku pripremu kajakaša / ica, kao i za implementacijunovih tehnologija u sportski trening i poboljšanje sportskih dostignuća kajakaša / ica.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu: - znanja o metodologiji znanstvenih istraživanja i stručnih analiza u kajakaštvu, - znanja o strukturi znanstvenih istraživanja i stručnih analiza u kajakaštvu, - znanja o zakonitostima i karakteristikama plana znanstvenih istraživanja i stručnih analiza u kajakaštvu, - znanja koja im omogućuju samostalno provođenje znanstvenih istraživanja i stručnih analiza u kajakaštvu, - znanja o interpretaciji rezultata znanstvenih istraživanja i stručnih analiza u kajakaštvu,		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Struktura znanstvenih istraživanja u kajakaštvu(2P) 2. Struktura stručnih analiza u kajakaštvu (2P) 3. Metodologija znanstvenih istraživanja u kajakaštvu (2P+2S) 4. Metodologija stručnih analiza u kajakaštvu (2P+2S) 5. Projektiranje, provođenje, interpretacija i primjena rezultata istraživanja biomehaničkih karakteristika u kajakaštvu(2P+2S) 6. Projektiranje, provođenje, interpretacija i primjena rezultata istraživanja strukturnih karakteristika u kajakaštvu (2P+2S) 7. Projektiranje, provođenje, interpretacija i primjena rezultata istraživanja antropoloških karakteristika kajakaša / ica(2P+2S) 8. Projektiranje, provođenje, interpretacija i primjena rezultata istraživanja o karakteristikama treniranosti kajakaša / ica(2P+2S)		



	9. Projektiranje, provođenje, interpretacija i primjena rezultata istraživanja o karakteristikama treniranosti kajakaša / ica različitih razina natjecanja i razina kvalitete (2P+2S) 10. Konstrukcija i validacija specifičnih dijagnostičkih postupaka u kajakaštvu i neke mogućnosti primjene novih dijagnostičkih postupaka u procjeni treniranosti kajakaša / ica (2P+2S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	12,5%	0,5	Istraživanje	37,5%	1,5
				usmeni ispit	50%	2
				ukupno	4 ECTS	
obvezna literatura	Lenz, J. (2003). Metodika treninga kajakaša i kanuista. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez. Szanto, C. (2003). Natjecateljska kanuistika. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez. Issurin, V., Dotan, R. (1994). Znanstveni i praktični pristup treniranju juniora u kajaku i kanuu. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez.					
dopunska literatura	1. Lovrić, B., Crnković, T. (2012). 1. Međunarodni stručno- znanstveni seminar kajakaških i rafting trenera, instruktora i sudaca. Zbornik radova. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez. 2. Lovrić, B., Crnković, T. (2013). 2. Međunarodni stručno- znanstveni seminar kajakaških i rafting trenera, instruktora i sudaca. Zbornik radova. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez. 3. Lovrić, B., Crnković, T. (2014). 3. Međunarodni stručno- znanstveni seminar kajakaških i rafting trenera, instruktora i sudaca. Zbornik radova. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez.					
način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva. Istraživački rad tijekom trajanja studija. Anonimna studentska anketa.					



MODELIRANJE I VREDNOVANJE KONDICIJSKE PRIPREME U KAJAKAŠTVU

(163422)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Nikola Prlenda	
kancelarija			
konzultacije			
e-mail		nikola.prlenda@kif.hr	
telefon			
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	6 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	45 (23P+22S) Izvedbeni sati: 22P*	očekivani broj studenata na predmetu	1 I
ciljevi predmeta	Ovaj predmet ima za cilj studentima pružiti znanja o svim aspektima naprednog poimanja kondicijske pripreme u kajakaštvu unutar sportskog i rekreativnog treninga kajakaša/icate njezinom utjecaju na realizaciju i poboljšanje izvedbe kao i međuodnosu s ostalim sastavnicama trenažnog procesa.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti osposobljeni za izradu, kontrolu i provedbu metodički ispravnog i naprednog kondicijskog treninga kod svih dobnih i natjecateljskih razina u kajakaštvu.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o: - ciljevima i značajkama kondicijske pripreme u kajakaštvu. - ciljevima i značajkama kondicijske pripreme kod kajakaša/ica različite dobi, - ciljevima i značajkama kondicijske pripreme kod kajakaša/ica s obzirom na spol, - ciljevima i značajkama kondicijske pripreme kajakaša/ica u različitim etapama sportske karijere, - ciljevima i značajkama kondicijske pripreme u različitim periodima i fazama unutar godišnje periodizacije u kajakaštvu, - suvremenim metodama kondicijske pripreme u kajakaštvu.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Kondicijska priprema kao kategorija kajakaškog treninga (2P) 2. Kondicijska priprema kao proces razvoja kondicijskih sposobnosti kajakaša/ica važnih za uspjeh u kajakaštvu (2P+2S). 3. Konstrukcija i vrednovanje operatora kondicijske pripreme kajakaša/ica. (2P+2S) 4. Senzitivne faze razvoja funkcionalnih sposobnosti kajakaša/ica kao kriterij za usmjeravanje trenažnog procesa, senzitivne faze razvoja motoričkih sposobnosti kajakaša/ica kao kriterij za usmjeravanje trenažnog procesa (2P+2S) 5. Modeliranje i vrednovanje programa za razvoj funkcionalnih sposobnosti djece, mladih i odraslih kajakaša/ica (2P+2S) 6. Modeliranje i vrednovanje programa za razvoj kvantitativnih motoričkih sposobnosti djece, mladih i odraslih kajakaša/ica (2P+2S)		



	7. Modeliranje i vrednovanje programa za razvoj kvalitativnih motoričkih sposobnosti djece, mladih i odraslih kajakaša/ica(2P+2S) 8. Modeliranje i vrednovanje programa za razvoj morfoloških obilježja djece, mladih i odraslih kajakaša/ica(1P+1S) 9. Prevencijski kondicijski programi djece, mladih i odraslih kajakaša/ica(2P+2S) 10. Sportsko-rehabilitacijski kondicijski programi djece, mladih i odraslih kajakaša/ica(1P+1S) 11. Principi i pravila u konstrukciji trenažnih operatora za razvoj bazičnih i specifičnih kondicijskih sposobnosti djece, mladih i odraslih kajakaša/ica(2P+2S) 12. Napredne tehnologije za razvoj funkcionalnih i motoričkih sposobnosti djece, mladih i odraslih kajakaša/ica(2P+2S) 13. Nove spoznaje o mogućnostima razvoja funkcionalnih i motoričkih sposobnosti dobivene primijenjenim istraživanjima u kajakaškom sportu (2P+2S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	12%	0,72	Seminarski rad	25%	1,5
	Pismeni ispit	21,5%	1,28	usmeni ispit	41,5%	2,5
				ukupno	6 ECTS	
obvezna literatura	Lenz, J. (2003). Metodika treninga kajakaša i kanuista. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez. Szanto, C. (2003). Natjecateljska kanuistika. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez. Issurin, V., Dotan, R. (1994). Znanstveni i praktični pristup treniranju juniora u kajaku i kanuu. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez.					
dopunska literatura	1. Lovrić, B., Crnković, T. (2012). 1. Međunarodni stručno- znanstveni seminar kajakaških i rafting trenera, instruktora i sudaca. Zbornik radova. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez. 2. Lovrić, B., Crnković, T. (2013). 2. Međunarodni stručno- znanstveni seminar kajakaških i rafting trenera, instruktora i sudaca. Zbornik radova. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez. 3. Lovrić, B., Crnković, T. (2014). 3. Međunarodni stručno- znanstveni seminar kajakaških i rafting trenera, instruktora i sudaca. Zbornik radova. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez.					
način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva. Istraživački rad tijekom trajanja studija. Anonimna studentska anketa.					



MODELIRANJE I VREDNOVANJE TEHNIČKO-TAKTIČKE PRIPREME U KAJAKAŠTVU (163423)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Nikola Prlenda	
kancelarija			
konzultacije			
e-mail		nikola.prlenda@kif.hr	
telefon			
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	8 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (46P+44S) Izvedbeni sati: 45P*	očekivani broj studenata na predmetu	11
ciljevi predmeta	Cilj predmeta jest studentima pružiti znanja o ciljevima i zakonitostima tehničko-taktičke pripreme kajakaša/ica uvažavajući strukturne, biomehaničke, funkcionalne i anatomske značajke kajakaštva povezujući ih s najnovijim spoznajama o učincima različitih metoda prenošenja i svladavanja motoričkih informacija.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći znanja o integraciji tehničko-taktičke pripreme u cjeloviti proces treninga u kajakaštvu kao i znanja o zakonitostima tehničko-taktičke pripreme kajakaša/ica s aspekta dugoročnog, srednjoročnog i kratkoročnog planiranja. Na temelju znanja o strukturnim i biomehaničkim karakteristikama tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata student će moći izabrati sadržaje, opterećenja i metode pogodne za stjecanje motoričkih znanja za izvedbu struktura gibanja i struktura situacija u kajakaškom sportu. Temeljni ishod učenja je da završeni student zna prenijeti znanje na druge u procesu naprednog poučavanja novih motoričkih zadataka u kajakaštvu.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja: - potrebna za definiranje naprednih struktura gibanja - tehničkih struktura u kajakaštvu. - potrebna za definiranje programa usavršavanja i stabilizacije naprednih taktičkih struktura u kajakaštvu. - o metodama prenošenja informacija s ciljem usavršavanja i stabilizacije tehničkih struktura u kajakaštvu. - o metodama provođenja postupaka usavršavanja i stabilizacije tehničkih struktura u kajakaštvu. - o metodama prenošenja informacija s ciljem usavršavanja i stabilizacije taktičkih sklopova u kajakaštvu. - o metodama provođenja postupaka s ciljem usavršavanja i stabilizacije taktičkih sklopova u kajakaštvu.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari: 1. Definicija, struktura i značajke napredne tehničko-taktičke pripreme u kajakaštvu(2P) 2. Programiranje procesa poučavanja tehničko-taktičkih zadataka u višegodišnjem i jednogodišnjem ciklusu treninga u kajakaštvu(2P+2S) 3. Postupci za usvajanje, usavršavanje, stabilizaciju i automatizaciju tehničkih struktura u kajakaštvu (2P+2S)		



	4. Postupci za usvajanje, usavršavanje, stabilizaciju i automatizaciju taktičkih struktura u kajakaštvu (2P+2S) 5. Proces naprednog i završnog poučavanja: davanje informacija (2P+2S) 6. Proces naprednog i završnog poučavanja: demonstracija motoričkih zadataka (2P+2S) 7. Proces naprednog i završnog poučavanja: izvođenje motoričkih zadatka (2P+2S) 8. Proces naprednog i završnog poučavanja: uočavanje i ispravljanje motoričkih grešaka (2P+2S) 9. Proces naprednog i završnog poučavanja: vrednovanje naučenog tehničko-taktičkog znanja (2P+2S) 10. Proces naprednog i završnog poučavanja: moderna video tehnologija u procesu učenja i vrednovanja tehničkih znanja (2P+2S) 11. Modeliranje treninga tehnike i taktike kajakaštva u višegodišnjem ciklusu (2P+2S) 12. Modeliranje treninga tehnike i taktike kajakaštva u godišnjem ciklusu (2P+2S) 13. Modeliranje treninga tehnike i taktike kajakaštva u mezociklusima: periodima i etapama (2P+2S) 14. Modeliranje treninga tehnike i taktike kajakaštva u mikrociklusima (2P+2S) 15. Modeliranje treninga tehnike i taktike kajakaštva s obzirom na dob i spol (2P+2S) 16. Hijerarhijska struktura i redoslijed poučavanja elemenata tehničke i tehničko-taktičke pripremljenosti u kajakaštvu(2P+2S) 17. Stupnjevita izobrazba tehničkih i tehničko-taktičkih znanja kajakaša/ica: situacijsko usavršavanje, natjecateljsko usavršavanje (2P+2S) 18. Analiza uspješnosti izvođenja elemenata tehnike kajakaša/ica(2P+2S) 19. Sustavi za kinematičku analizu u postupku uočavanja i ispravljanja motoričkih pogrešaka u kajakaštvu (2P+2S) 20. Korištenje suvremene tehnologije u procesu učenja elementarne tehnike kajakaša/ica(2P+3S) 21. Korištenje suvremene tehnologije u procesu stabilizacije i automatizacije tehnike kod vrhunskih kajakaša/ica(2P+3S) 22. Registracija i primjena statističkih pokazatelja natjecateljske aktivnosti kajakaša/ica i njihova primjena u analizi uspješnosti pojedinaca i ekipa (3P+2S) 23. Primjena rezultata istraživanja u učincima različitih metoda poučavanja kajakaša/ica(analitička, sintetička, situacijska i kombinirana) (3P+2S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	19%	1,5	Seminarski rad	19%	1,5
	Pismeni ispit	19%	1,5	usmeni ispit	43%	3,5
				ukupno	8 ECTS	
obvezna literatura	Lenz, J. (2003). Metodika treninga kajakaša i kanuista. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez. Szanto, C. (2003). Natjecateljska kanuistika. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez. Issurin, V., Dotan, R. (1994). Znanstveni i praktični pristup treniranju juniora u kajaku i kanuu. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez.					



dopunska literatura	1. Lovrić, B., Crnković, T. (2012). 1. Međunarodni stručno- znanstveni seminar kajakaških i rafting trenera, instruktora i sudaca. Zbornik radova. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez. 2. Lovrić, B., Crnković, T. (2013). 2. Međunarodni stručno- znanstveni seminar kajakaških i rafting trenera, instruktora i sudaca. Zbornik radova. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez. 3. Lovrić, B., Crnković, T. (2014). 3. Međunarodni stručno- znanstveni seminar kajakaških i rafting trenera, instruktora i sudaca. Zbornik radova. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez.
način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva. Istraživački rad tijekom trajanja studija. Anonimna studentska anketa.



SPECIFIČNOSTI RADA S DJECOM U KAJAKAŠTVU (163424)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Nikola Prlenda	
kancelarija			
konzultacije			
e-mail		nikola.prlenda@kif.hr	
telefon			
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	6 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	60 (30P+15S+15V) Izvedbeni sati: 30P*	očekivani broj studenata na predmetu	1 I
ciljevi predmeta	Cilj nastave je stjecanje posebnih i naprednih znanja o razvojnim obilježjima djece, senzitivnim fazama razvoja motoričkih sposobnosti i znanja koja će treneri koristiti u svrhu očuvanja i unapređenja zdravlja te optimalnog sportskog razvoja djece u svim etapama dugoročne sportske pripreme u kajakaškom sportu.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Na razini programa koji obrazuje specijaliste trenerske struke u kajakaštvustudenti će steći potrebna praktična i teorijska znanja o značajkama rasta i razvoja djece koja će uspješno integrirati u oblikovanju metodičkih postupaka kondicijskog vježbanja i motoričkog poučavanja kao i planiranja i programiranja etapa dugoročne sportske pripreme kajakaša/ica.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Na razini predmeta studenti će steći potrebna znanja o specifičnostima rada s djecom u kajakaštvu, a koja se najviše odnose na: - sustav natjecanja za mlađe dobne kategorije u kajakaštvu; - organizaciju i provedbu natjecanja za mlađe dobne kategorije u kajakaštvu; - karakteristike rasta i razvoja djece potencijalnih kajakaša/ica; - senzitivne faze u razvoju pojedinih funkcionalno-motoričkih sposobnosti kajakaša/ica; - specifičnosti metodičkih postupaka razvoja kondicijskih sposobnosti kajakaša/ica; - uvažavanje kronološke i biološke dobi u treningu djece kajakaša/ica; - praćenje i kontrolu treniranosti djece kajakaša/ica; - planiranje i programiranje treninga djece kajakaša/ica u pojedinim razvojnim etapama; - etička pitanja treninga djece kajakaša/ica; - zdravstvenu zaštitu djece kajakaša/ica; - suradnju trenera i ostalih članova stručnog tima u postizanju stupnjevitog razvoja djece kajakaša/ica.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Kognitivne i emocionalne karakteristike i razvoj djece uključene u kajakaštvo (1P+1S) 2. Biotička motorička znanja kao temelj rada sa djecom u kajakaštvu(2P+2V) 3. Senzitivne faze razvoja motoričkih i funkcionalnih sposobnosti djece kajakaša/ica rane školske dobi, pubertetske dobi te u adolescenciji (2P+2S) 4. Primijenjena istraživanja o razvojnim obilježjima i senzitivnim fazama u treningu djece u kajakaštvu (1P+1S) 5. Darovitost djece za sport, identifikacija i usmjeravanje sportskih talenata budućih kajakaša/ica(1P+1S) 6. Dijagnostički postupci u selekciji potencijalnih kajakaša/ica (2P+2V)		



	7. Specifičnost izbora sadržaja i doziranja opterećenja u treningu djece kajakaša/ica (4P+4V) 8. Specifičnost metoda vježbanja i poučavanja djece u kajakaštvu (2P+2V) 9. Sustavi natjecanja djece u kajakaštvu(4P+2S+2V) 10. Dugoročno (perspektivno) planiranje i programiranje treninga u etapama dugoročne sportske pripreme u kajakaštvu(2P+2S) 11. Škola kajakaštva: dugoročna izobrazba djece kajakaša/ica u školskom i klupskom sustavu (2P+1S+1V) 12. Vrednovanje i ocjenjivanje učinaka treninga u pojedinim etapama dugoročne sportske pripreme kajakaša/ica(2P+2V) 13. Planiranje, programiranje i periodizacija u sustavu sportske pripreme djece kajakaša/ica u etapama kratkoročne, srednjoročne i dugoročne pripreme (2P+2S) 14. Etička pitanja treninga djece kajakaša/ica(potencijalni izvori zlostavljanja) (1P+1S) 15. Zdravstvena zaštita djece kajakaša/ica (suradnja trenera, školskog liječnika, liječnika specijalista sportske medicine, psihologa i školskog pedagoga) (1P+1S) 16. Analiza razvoja karijera najuspješnijih kajakaša/ica(1P+1S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	16,5%	1	Seminarski rad	16,5%	1
	Pismeni ispit	25%	1,5	usmeni ispit	34%	2
	Istraživanje	8%	0,5	ukupno	6 ECTS	
obvezna literatura	Lenz, J. (2003). Metodika treninga kajakaša i kanuista. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez. Szanto, C. (2003). Natjecateljska kanuistika. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez. Issurin, V., Dotan, R. (1994). Znanstveni i praktični pristup treniranju juniora u kajaku i kanuu. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez.					
dopunska literatura	1. Lovrić, B., Crnković, T. (2012). 1. Međunarodni stručno- znanstveni seminar kajakaških i rafting trenera, instruktora i sudaca. Zbornik radova. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez. 2. Lovrić, B., Crnković, T. (2013). 2. Međunarodni stručno- znanstveni seminar kajakaških i rafting trenera, instruktora i sudaca. Zbornik radova. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez. 3. Lovrić, B., Crnković, T. (2014). 3. Međunarodni stručno- znanstveni seminar kajakaških i rafting trenera, instruktora i sudaca. Zbornik radova. Zagreb. Hrvatski kajakaški savez.					
način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva. Istraživački rad tijekom trajanja studija. Anonimna studentska anketa.					



STRUČNO-TRENNERSKA PRAKSA U KAJAKAŠTVU II (163425)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Nikola Prlenda	
kancelarija			
konzultacije			
e-mail		nikola.prlenda@kif.hr	
telefon			
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	45 V	očekivani broj studenata na predmetu	1 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je stjecanje znanja o najnovijim tehnologijama praktičnog rada u području izabrane sportske specijalnosti.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju provoditi praktičan rad utemeljen na specijalističkoj izobrazbi za stjecanje stručnog naziva stručni specijalist trenerske struke – izabrani sport.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će samostalno provoditi dijagnostičke postupke za određivanje stanja pripremljenosti sportaša te realizirati praktičnim radom plan i program trenažnog procesa na svim razinama stupnjevito razvoja sportaša u različitim dobnim kategorijama. Posebni ishodi učenja na razini predmeta su: • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu morfoloških, funkcionalnih i motoričkih karakteristika sportaša. • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu razine tehničko taktičkih znanja sportaša. • Organizirati i provoditi planirani i programirani trenažni proces u različitim vremenskim ciklusima. • Organizirati i provoditi plan i program treninga djece i mladih sportaša u pojedinim fazama dugoročne sportske pripreme. • Organizirati, provoditi i kontrolirati plan i program treninga djece i mladih sportaša u pojedinim dijelovima godišnjeg ciklusa treninga. • Izraditi strateški plan i program razvoja sporta na lokalnoj, regionalnoj i globalnoj razini.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Programski sadržaji stručno trenerske prakse realizirati će se kroz tri karakteristične faze: U prvoj fazi studenti će pratiti, registrirati i analizirati stručni rad istaknutih trenera, u drugoj fazi studenti će asistirati odnosno pomagati u provedbi trenažnog rada mentora i istaknutih trenera. U trećoj fazi studenti će samostalno organizirati i provoditi pojedine sadržaje stručno trenerske prakse. Popis programskih sadržaja stručno trenerske prakse s pripadajućom satnicom: • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa prilagođenih uvjetima u kojim se trenažni proces provodi. (6V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za razvoj kvantitativnih kondicijskih sposobnosti. (6V)		



	• Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za razvoj kvalitativnih kondicijskih sposobnosti. (6V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za razvoj aerobnih funkcionalnih kondicijskih sposobnosti. (6V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za razvoj anaerobnih funkcionalnih kondicijskih sposobnosti. (6V) • Praktično provođenje kondicijskih programa preventijskog, razvojnog i održavajućeg karaktera. (5V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za učenje i usavršavanje tehničkih elemenata izabranog sporta. (5V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za učenje i usavršavanje taktičkih elemenata izabranog sporta. (5V)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	Praktični rad		60%	Seminarski rad	20%	
				usmeni ispit	20%	
				ukupno		5 ECTS
	Ocjenjivanje i vrednovanje planova i programa treninga te provedbe trenažnog procesa na terenu od strane ekspertnog tima.					
obvezna literatura	LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM SPORTSIM SPECIJALNOSTIMA (literatura je navedena u okviru predmeta pojedine sportske specijalnosti).					
dopunska literatura	DOPUNSKA LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM SPORTSKIM SPECIJALNOSTIMA (literatura je navedena u okviru predmeta pojedine sportske specijalnosti).					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



MODUL – KOŠARKA – II. SEM

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Modul KOŠARKA						
147739	Kineziološka analiza košarke	izv. prof. dr. sc. Tomislav Rupčić	23	22	0	6
147740	Primijenjena istraživanja u košarci	izv. prof. dr. sc. Tomislav Rupčić	16	14	0	4
147741	Modeliranje i vrednovanje kondicijske pripreme u košarci	izv. prof. dr. sc. Tomislav Rupčić	23	22	0	6
147742	Modeliranje i vrednovanje tehničko-taktičke pripreme u košarci	izv. prof. dr. sc. Tomislav Rupčić	46	44	0	8
147743	Specifičnosti rada s djecom u košarci	prof. dr. sc. Damir Knjaz	30	30	0	6
147744	Stručno-trenerska praksa u košarci II.	prof. dr. sc. Damir Knjaz izv. prof. dr. sc. Tomislav Rupčić	0	0	45	5
UKUPNO			138	132	45	35



KINEZIOLOŠKA ANALIZA KOŠARKE (147739)

Nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Tomislav Rupčić	
kancelarija		156	
konzultacije		po dogovoru putem e-maila	
e-mail		tomislav.rupcic@kif.hr	
telefon		+38513658754	
Nastavnik		prof. dr. sc. Damir Knjaz	
kancelarija			
konzultacije			
e-mail		damir.knjaz@kif.hr	
telefon			
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	45 (23P+22S) Izvedbeni sati: 22P*	očekivani broj studenata na predmetu	1 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta Kineziološka analiza košarkaške igre je da studenti steknu opsežnija saznanja o antropološkim karakteristikama košarkaša, kao i biomehaničkim parametrima košarkaške igre.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolvirajući znanja iz područja kineziološke analize košarkaške igre, studenti će naučiti glavne značajke košarkaške igre sa aspekta strukturnih i biomehaničkih parametara, kao i antropoloških značajki te razinu njihove važnosti u procesu poučavanja i treninga košarkaša različitih dobni kategorija. Stečena znanja omogućiti će im specijalističku razinu stručno-trenerskog rada s različitim uzrasnim kategorijama u košarci.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o : - strukturalnoj analizi tehničkih i tehničko – taktičkih elemenata u košarci - načinu registracije biomehaničkih parametara tehničkih elemenata u košarci - registraciji i načinu korekcije motoričkih pogrešaka u izvedbi određenog košarkaškog elementa tehnike - trendovima razvoja košarkaške igre - o strukturi i povezanosti antropoloških karakteristika pripremljenosti košarkaša		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Analiza razvoja tehničkih i tehničko – taktičkih elemenata u košarci (2P+2S) 2. Analiza razvoja pravila košarkaške igre i njihov utjecaj na unapređenje same igre (2P+2S) 3. Strukturna analiza elemenata tehnike košarkaške igre (2P+2S) 4. Strukturna analiza tehničko – taktičkih elemenata u fazi napada u košarkaškoj igri (2P+2S) 5. Strukturna analiza tehničko – taktičkih elemenata u fazi obrane u košarkaškoj igri (2P+2S) 6. Načini registracije biomehaničkih parametara tehničkih elemenata u košarci (2P+2S) 7. Registracija i načini korekcije motoričkih pogrešaka u izvedbi određenog elementa tehnike u košarci (2P+2S) 8. Načini registracije i procjena izvedbene kvalitete tehničko – taktičkih elemenata u košarci (2P+2S)		



	9. Modelne karakteristike elemenata tehnike košarkaške igre sa aspekta biomehaničkih vrijednosti (2P+2S) 10. Mikrosociološka struktura košarkaške momčadi (2P+2S) 11. Utjecaj antropoloških karakteristika na biomehaničke parametre u košarci (2P+2S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	12%	0,72	Istraživanje	21%	1,28
				usmeni ispit	67%	4
				ukupno	6 ECTS	
obvezna literatura	1. Tocigl, I. (1998). Košarkaški udžbenik. Split: Fakultet prirodoslovno-matematičkih znanosti i odgojnih područja Sveučilišta u Splitu, Zavod za fizičku kulturu. 2. Krause, J., Meyer,D., Meyer, J. (1999). Basketball skills and drills. Human Kinetics. USA. 3. Dežman, B. (1997). Košarka v osnovnoj šoli. Ljubljana: VŠTK.					
dopunska literatura	1. Rupčić, T., Nazor, A. (2011). Igrač na poziciji centra u napadu. Time out, Udruga košarkaških trenera Hrvatske, Zagreb, str. 14-18. 2. Fosnes, O, Miller, B., Knjaz, D. Swalgin, K. (2009.). Analysis of the use of the travelling rule in the European championship in basketball 2005. Book of Abstracts of the 14th Annual Congress of the European College of Sport Science, Oslo/Norway, June 24-27, 2009. Loland, S., Bø ; , K., Fasting, K., Hallén, J., Ommundsen,Y., Roberts, G., Tsolakidis, E.(ur.). Oslo: The Norwegian School of Sport Sciences, 2009. 300. 3. Knjaz, D. (2009). Otvaranje za prijem lopte. Hrvatska košarka. Hrvatski košarkaški savez. Zagreb. 36:81-83 4. Knjaz, D. (2009). Vođenje lopte u mjestu i pravocrtnom kretanju. Hrvatska košarka. Hrvatski košarkaški savez. Zagreb. 25: 79-81. 5. Knjaz, D. (2008). Skok šut. Hrvatska košarka. HKS. Zagreb. Broj 021, str.:86-87. 6. Matković, B. (2006). Napad blokadama i igra protiv blokada u obrani. Time out, VII (12): 3-9. 7. Matković, B. (2006). Skok za odbijenom loptom od koša – dio taktike igre u obrani i napadu. Time out, VII (13): 2-3.					
način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva. Istraživački rad tijekom trajanja studija. Anonimna studentska anketa.					



PRIMIJEJENA ISTRAŽIVANJA U KOŠARCI (147740)

Nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Tomislav Rupčić	
kancelarija		156	
konzultacije		po dogovoru putem e-maila	
e-mail		tomislav.rupcic@kif.hr	
telefon		+38513658754	
Nastavnik		prof. dr. sc. Damir Knjaz	
kancelarija			
konzultacije			
e-mail		damir.knjaz@kif.hr	
telefon			
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	4 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	30 (16P+14S) Izvedbeni sati: 15P*	očekivani broj studenata na predmetu	1 I
ciljevi predmeta	Studenti stječu spoznaje o provedenim znanstvenim i stručnim istraživanjima u području košarkaške igre, kao i njihovu praktičnu vrijednost sa svrhom lakše implementacije dobivenih rezultata u željeni plan i program, odnosno košarkaški trening. Također, cilj je osposobiti i potaknuti studente na samostalno promišljanje o mogućim stručnim i znanstvenim istraživanjima u području košarkaške igre.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Znanja o važnosti pojedinih primjenjenih istraživanja i novih spoznaja omogućit će studentima višu razinu stručno-trenerskog rada u košarci. Studenti će naučiti kako rezultate istraživanja primijeniti u području košarkaške igre s aspekta praktične primjene u procesu sportske pripreme.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja: - o metodologiji istraživanja u području košarkaške igre, - o strukturi znanstvenog i stručnog istraživanja u košarci, - koja su potrebna za izradu plana istraživanja u području košarkaške igre, - koja im omogućuju samostalnu provedbu znanstvenog istraživanja u području košarkaške igre, - koja im omogućuju kvalitetnu interpretaciju dobivenih rezultata i izvođenje zaključaka, - koja im omogućuju definiranje praktične vrijednosti dobivenih rezultata kao i njihovu implementaciju u košarkaški trening.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Analiza dosadašnjih znanstvenih istraživanja u području košarkaške igre (2P) 2. Metodologija znanstvenih istraživanja u području košarkaške igre (2P+2S) 3. Znanstvena istraživanja u području biomehaničkih parametara tehničko-taktičkih znanja u košarci (2P+2S) 4. Znanstvena istraživanja strukturnih karakteristika u košarci (2P+2S) 5. Znanstvena istraživanja o antropološkim karakteristikama košarkaša (2P+2S) 6. Znanstvena istraživanja o treniranosti košarkaša – seniori (2P+2S) 7. Znanstvena istraživanja o treniranosti košarkaša – mlađedobne kategorije (2P+2S)		



	8. Znanstvena istraživanja o konstrukciji i validaciji specifičnih dijagnostičkih postupaka u košarci (2P+2S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	12,5%	0,5	Istraživanje	37,5%	1,5
				usmeni ispit	50%	2
				ukupno	4 ECTS	
obvezna literatura	Mejovšek, M. (2003). Uvod u metode znanstvenog istraživanja. Zagreb: Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Naklada Slap. Matković, Br., Matković, B., Knjaz, D. (2005). Fiziologija košarkaške igre. Hrvatski športsko medicinski vjesnik, 20 (2):113-124.					
dopunska literatura	1. Fosnes, O, Miller, B., Knjaz, D. Swalgin, K. (2009.). Analysis of the use of the travelling rulle in the European championship in basketball 2005. Book of Abstracts of the 14th Annual Congress of the European College of Sport Science, Oslo/Norway, June 24-27, 2009. Loland, S., Bø ; , K., Fasting, K., Hallén, J., Ommundsen,Y., Roberts, G., Tsolakidis, E.(ur.). Oslo: The Norwegian School of Sport Sciences, 2009. 300. 2. Knjaz, D.; Matković, Bo., Matković, Br., Swalgin, K. (2009.). Evaluation of learning methods in basketball game. Book of Abstracts of the 14thAnnual Congress of the European College of Sport Science, Oslo/Norway, June 24-27, 2009. Loland, S., Bø ; , K., Fasting, K., Hallén, J., Ommundsen,Y., Roberts, G., Tsolakidis, E.(ur.). Oslo: The Norwegian School of Sport Sciences, 2009. 302Peršić, D., Knjaz, D. (2005). Razlike u nekim testovima za procjenu specifičnih motoričkih znanja i sposobnosti košarkaša kadetskog i juniorskog uzrasta. Edukacija – rekreacija - sport. 13 (30): 31-33. 3. Rupčić, T., Knjaz, D., Matković, Bo. (2011). Analiza efekata treninga za razvoj agilnosti i eksplozivne snage kod košarkaša. U: Jukić, Milanović, Gregov, Šalaj (ur.) Zbornik radova 9. godišnje međunarodne konferencije Kondicijska priprema sportaša, 2011. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Udruga kondicijskih trenera Hrvatske 4. Swalgin, K., Knjaz, D. (2007). The euro-basketball evaluation system, a computerized seamless model to grade player performance. in: Katz, L. (ed.) 6th International Symposium on Computer Science in Sport. Calgary: University of Calgary, Canada, 292-299 5. Swalgin, K; Knjaz, D. (2009.). A study to determin the importance and value of taking a charge in men's division I college basketball in the United States. Book of Abstracts of the 14th Annual Congress of the European College of Sport Science, Oslo/Norway, June 24-27, 2009.					
način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva. Istraživački rad tijekom trajanja studija. Anonimna studentska anketa.					



MODELIRANJE I VREDNOVANJE KONDICIJSKE PRIPREME U KOŠARCI

(147741)

nositelj predmeta		doc. dr. sc. Tomislav Rupčić	
kancelarija		156	
konzultacije		srijedom od 11.00 do 12.00 sati praktično: prema dogovoru putem e-mail-a	
e-mail		tomislav.rupcic@kif.hr	
telefon		+38513658756	
Nastavnik		prof. dr. sc. Damir Knjaz	
kancelarija			
konzultacije			
e-mail		damir.knjaz@kif.hr	
telefon			
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	6 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	45 (23P+22S) Izvedbeni sati: 22P*	očekivani broj studenata na predmetu	1 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta modeliranje i vrednovanje kondicijske pripreme u košarci jest steći znanja o najnovijim spoznajama sa znanstveno – stručnog aspekta o planiranju i programiranju, odnosno modeliranju i vrednovanju kondicijsko – motoričke pripreme košarkaša, različitih kvalitativnih i uzrasnih kategorija.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti stječu znanja o novim spoznajama u području razvoja pripremljenosti košarkaša u svakoj pojedinoj fazi sportskog treninga u odnosu na dob i spol i razinu kvalitete. Stručni specijalisti košarke će znati ugraditi programe kondicijske pripreme unutar pojedinih faza ili cjelovitog godišnjeg, odnosno višegodišnjeg procesa sportske pripreme.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o: - modeliranju i vrednovanju kondicijske pripreme košarkaša mlađih dobnih kategorija - modeliranju i vrednovanju kondicijske pripreme košarkaša seniora - modeliranju i vrednovanju kondicijske pripreme košarkašica različite dobi, - modeliranju i vrednovanju kondicijske pripreme košarkaša u različitim fazama sportske karijere - modeliranju i vrednovanju kondicijske pripreme košarkaša unutar godišnjeg ciklusa treninga - novim metodama za razvoj kondicijske pripremljenosti s novim spravama i trenažerima		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1 Spoznaje o novim metodama za razvoj kondicijsko – motoričke pripreme košarkaša mlađedobnih kategorija (2P+2S) 2 Spoznaje o novim metodama za razvoj kondicijsko – motoričke pripreme košarkaša – seniora (2P+2S) 3 Primjena suvremenih tehnologija kondicijske pripreme u svakodnevnom treningu u košarci (2P+1S)		



	4 Primjena moderne tehnologije u razvoju funkcionalnih i motoričkih sposobnosti košarkaša (2P+2S) 5 Utjecaj kondicijsko – motoričke pripreme na stvarnu kvalitetu košarkaša – znanstveni pristup (2P+2S) 6 Razvoj preciznosti šutiranja u košarci – biomehanički, fiziološki i psihološki pristup (2P+2S) 7 Utjecaj fiziološkog opterećenja na izvedbenu kvalitetu i situacijsku efikasnost u košarci – znanstveno – stručni pristup (1P+1S) 8 Nove spoznaje o modeliranju kondicijsko – motoričke pripreme godišnjeg ciklusa treninga – znanstveno – stručni pristup (1P+1S) 9 Nove spoznaje o modeliranju kondicijsko – motoričke pripreme višegodišnjeg ciklusa treninga – znanstveno – stručni pristup (1P+1S) 10 Znanstveno – stručne spoznaje o razvoju koordinacije kod košarkaša različitih dobnih kategorija (1P+1S) 11 Znanstveno – stručne spoznaje o razvoju agilnosti kod košarkaša različitih dobnih kategorija (1P+1S) 12 Znanstveno – stručne spoznaje o razvoju različitih oblika snage kod košarkaša različitih dobnih kategorija (1P+1S) 13 Znanstveno – stručne spoznaje o razvoju brzine kod košarkaša različitih dobnih kategorija (1P+1S) 14 Znanstveno – stručne spoznaje o razvoju preciznosti kod košarkaša različitih dobnih kategorija (1P+1S) 15 Znanstveno – stručne spoznaje o razvoju izdržljivosti kod košarkaša različitih dobnih kategorija (1P+1S) 16 Znanstveno – stručne spoznaje o razvoju fleksibilnosti kod košarkaša različitih dobnih kategorija (1P+1S) 17 Znanstveno – stručne spoznaje o razvoju ravnoteže kod košarkaša različitih dobnih kategorija (1P+1S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	12%	0,72	Seminarski rad	25%	1,5
	Pismeni ispit	21,5%	1,28	usmeni ispit	41,5%	2,5
				ukupno	6 ECTS	
obvezna literatura	Matković, B., Knjaz, D., Čosić B. (2003). Smjernice fizičke pripreme u košarci. U: Milanović, D., Jukić, I. (ur.) Zbornik radova Međunarodnog znanstveno-stručnog skupa „Kondicijska priprema sportaša“ 12. zagrebački sajam sporta i nautike, Zagreb, 21. i 22. veljače 2003., Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu; Zagrebački športski savez, 390-394. Matković, Br., Matković, B., Knjaz, D. (2005.). Fiziologija košarkaške igre. Hrvatski športsko medicinski vjesnik, 20 (2): 113-124. Bompa, T. (2000). Periodizacija. Teorija i metodologija treninga. Illinois.					
dopunska literatura	1. Knjaz, D., Matković, B., Rupčić, T. (2008). Osvrt na razvoj jakosti košarkaša kroz senzitivna razdoblja. Jukić, I., Milanović, D., Gregov, C. (ur.) 6. godišnja međunarodna konferencija					



	Kondicijska priprema sportaša 2008. Trening snage: zbornik radova. Zagreb: Kineziološki fakultet, Udruga kondicijskih trenera Hrvatske, 315-318. 2. Knjaz, D., Rupčić, T., Verunica, Z. (2007). Razvoj koordinacije kroz senzitivna razdoblja s posebnim naglaskom na košarkaške programe. 16. Ljetna škola Kineziologa RH: Zbornik radova, Poreč, str.: 444-449 3. Krtalić, S., Knjaz, D., Krošnjar, N. (2004). Karakteristike fizičke pripreme košarkaša uključenih u program mini košarke (6-10 godina). 13. Ljetna škola kineziologa RH: Zbornik radova. Rovinj, str. 447-450. 4. Pavlović, D., Knjaz, D., Krtalić, S. (2008). Prilog programiranju treninga eksplozivne snage beka šutera kroz natjecateljski period u košarci. 6. godišnja međunarodna konferencija "Kondicijska priprema sportaša 2008 – Trening snage. Zbornik radova. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. Zagreb, str: 290-293. 5. Rupčić, T., Knjaz, D., Matković, B. (2010). Utjecaj specifičnog košarkaškog programa na razvoj bazične brzine pokreta ekstremiteta. U: Jukić, Milanović, Gregov, Šalaj (ur.) Zbornik radova 8. godišnje međunarodne konferencije Kondicijska priprema sportaša, 2010., Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Udruga kondicijskih trenera Hrvatske, 416- 419.
način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva. Istraživački rad tijekom trajanja studija. Anonimna studentska anketa.



MODELIRANJE I VREDNOVANJE TEHNIČKO-TAKTIČKE PRIPREME U KOŠARCI (147742)

Nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Tomislav Rupčić	
kancelarija		156	
konzultacije		po dogovoru putem e-maila	
e-mail		tomislav.rupcic@kif.hr	
telefon		+38513658754	
Nastavnik		prof. dr. sc. Damir Knjaz	
kancelarija			
konzultacije			
e-mail		damir.knjaz@kif.hr	
telefon			
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	8 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (46P+44S) Izvedbeni sati: 45P*	očekivani broj studenata na predmetu	1 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta Modeliranje i vrednovanje tehničko taktičke pripreme u košarci jest pružiti trenerima širi spektar znanja o tehničko – taktičkoj pripremi u košarci, odnosno o njezinom modeliranju i vrednovanju u određenim ciklusima stupnjevite izobrazbe košarkaša od početnika do vrhunskih igrača.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći najvišu razinu stručnih znanja o integraciji tehničko-taktičke pripreme u cjelokupni proces treninga košarkaša. Studenti će uspješno modelirati i vrednovati tehničko-taktičku pripremu na temelju najnovijih spoznaja o strukturnim i biomehaničkim karakteristikama izvedaba tehničko- taktičkih elemenata. Uspješno će provoditi proces tehničko-taktičke izobrazbe s aspekta duoročnog, srednjoročnog i kratkoročnog planiranja i programiranja u košarci.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o: - modeliranju individualne taktike tijekom faze obrane i napada, ovisno o igračevoj poziciji i kvaliteti - modeliranju grupne taktike tijekom faze obrane i napada, - modeliranju timske taktike tijekom faze obrane i napada, - vrednovanju izvedbene kvalitete tehničko taktičkih znanja sa aspekta individualne, grupne ili timske taktike u fazi obrane i napada - načinu prenošenja informacija o tehničko taktičkim elementima košarkaške igre		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari: 1. Modeliranje trenažnog procesa sa aspekta individualne taktike u fazi obrane u košarci (2P+2S) 2. Modeliranje trenažnog procesa sa aspekta individualne taktike u fazi napada u košarci (2P+2S) 3. Modeliranje trenažnog procesa sa aspekta grupne taktike u košarci (6P+6S) 4. Modeliranje trenažnog procesa sa aspekta kolektivne taktike u košarci (6P+6S)		



	5. Modeliranje trenažnog procesa sa aspekta košarkaške taktike u radu sa mlađe dobnim kategorijama - specifičnosti (8P+7S) 6. Modeliranje trenažnog procesa sa aspekta košarkaške taktike u radu sa seniorima (8P+7S) 7. Registracija i vrednovanje usvojenosti tehničko-taktičkih znanja u košarci (2P+2S) 8. Redoslijed poučavanja tehničko-taktičkih znanja košarkaške igre ovisno o uzrasnoj kategoriji (2P+2S) 9. Primjena različitih metoda učenja i poučavanja tehničko taktičkih znanja u košarci (2P+2S) 10. Korištenje suvremene tehnologije u procesu učenja struktura kretanja u košarci (2P+2S) 11. Korištenje suvremene tehnologije u procesu učenja struktura situacija u košarci (2P+2S) 12. Nove spoznaje o metodama učenja i poučavanja tehničko – taktičkih elemenata u košarci (2P+2S) 13. Nove spoznaje o fazama usvajanja pojedinih tehničko – taktičkih elemenata u košarci (2P+2S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	19%	1,52	Seminarski rad	19%	1,52
	Pismeni ispit	19%	1,52	usmeni ispit	43%	3,44
				ukupno	8 ECTS	
obvezna literatura	Wissel, H. (1994). Basketball. Steps to Success. Champaign: Human Kinetics. Tocigl, I. (1984). Košarka. Split: Sveučilište u Splitu. ASEP (2007). Coaching Basketball Technical and Tactical Skills. USA: Human Kionetics.					
dopunska literatura	1. Knjaz, D., Bo. Matković, Br. Matković (2002). Individualni rad u mini košarci. Zbornik radova “Dopunski sadržaji sportske pripreme”, (ur. D. Milanović), str.54-56. 2. Rupčić, T., Nazor, A. (2011). Igrač na poziciji centra u napadu. Time out, Udruga košarkaških trenera Hrvatske, Zagreb, str. 14-18. 3. Trninić, S. (2006). Selekcija, priprema i vođenje košarkaša i momčadi. Zagreb: Vikta-Marko d.o.o.					
način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva. Istraživački rad tijekom trajanja studija. Anonimna studentska anketa.					



SPECIFIČNOSTI RADA S DJECOM U KOŠARCI (147743)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Damir Knjaz	
kancelarija			
konzultacije			
e-mail		damir.knjaz@kif.hr	
telefon			
nastavnik		izv. prof. dr. sc. Tomislav Rupčić	
kancelarija		156	
konzultacije		po dogovoru putem e-maila	
e-mail		tomislav.rupcic@kif.hr	
telefon		+38513658754	
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	6 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	60 (30P+15S+15V) Izvedbeni sati: 30P*	očekivani broj studenata na predmetu	1 I
ciljevi predmeta	Cilj je da studenti steknu potrebna specifična znanja vezana za senzitivne faze razvoja koja će im omogućiti kvalitetniju provedbu različitih oblika košarkaških programa, a sve sa svrhom optimalnijeg razvoja mladog košarkaša.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Temeljni ishod učenja na razini programa su znanja o značajkama rasta i razvoja djece uključene u proces dugoročne sportske izobrazbe. Studenti će uspješno integrirati različite metodike postupke poučavanja specifičnih tehničko taktičkih znanja kao i kondicijskog vježbanja u košarci.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će steći znanja o: - načinima (dijagnostici) praćenja razvoja mladog košarkaša - senzitivnim fazama u razvoju pojedinih sposobnosti mladih košarkaša - specifičnostima u radu s mladim košarkašima sa aspekta primjene različitih metoda učenja i poučavanja - zdravstvenom statusu mladog košarkaša - svim potrebnim okolinskim aspektima koji utječu na razvoj mladog košarkaša (obitelj, zajednica, škola) - specifičnostima u procesu učenja i usvajanja tehničko – taktičkih znanja u košarci - planiranju i programiranju košarkaškog trenažnog procesa ovisno o uzrasnoj kategoriji - specifičnostima planiranja i programiranja kondicijsko – motoričke i tehničko – taktičke pripreme za turnirski sustav natjecanja mladih košarkaša		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Identifikacija talenta u košarci – znanstveni pristup (2P+2S) 2. Selekcija u košarci – mit ili stvarnost? (2P+2S) 3. Primjena znanja o senzitivnim fazama u kreiranju plana i programa sportske pripreme u školi košarke, ml. kadeta, kadeta i juniora (2P+2S) 4. Senzitivne faze razvoja motoričkih i funkcionalnih sposobnosti djece rane školske dobi (škola košarke) (2P+2S)		



	5. Senzitivne faze razvoja motoričkih i funkcionalnih sposobnosti kod pretkadeta i kadeta u košarci(2P+2S) 6. Senzitivne faze razvoja motoričkih i funkcionalnih sposobnosti kod juniora u košarci (2P+2S) 7. Sustavi natjecanja mlađedobnih kategorija u RH (2P+2S) 8. Sustavi natjecanja mlađedobnih kategorija – reprezentativni nivo (U14, U16, U17, U18) (4P+4S) 9. Specifičnost metoda vježbanja i poučavanja djece u košarci (2P+2S) 10. Izbor adekvatnih metoda vježbanja i poučavanja u različitim dobnim kategorijama u košarci (2P+2S) 11. Praćenje razvoja i napretka mladih košarkaša primjenom postojećih modelnih karakteristika vrhunskih košarkaša (2P+2S) 12. Praćenje i analiza zdravstvenog stanja mladog košarkaša (2P+2S) 13. Utjecaj okolinskih faktora na razvoj i napredak mladog košarkaša (škola, obitelj, zajednica) (2P+2S) 14. Specifičnosti opreme i lokaliteta za provedbu košarkaških programa u školi košarke (2P+2S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	16,5%	0,5	Seminarski rad	16,5%	1,5
	Pismeni ispit	25%	2,5	usmeni ispit	42%	3
				ukupno	6 ECTS	
obvezna literatura	Knjaz, D., Matković, B., Matković, Br. (2002). Individualni rad u mini košarci. U: Milanović, D., Heimer, S., Jukić, I., Kulier, I., Matković, B. (ur.) Zbornik radova Znanstveno-stručnog skupa “Dopunski sadržaji sportske pripreme”, u sklopu 11. zagrebačkog sajma sporta i nautike, Zagreb, 22. i 23. veljače 2002., 54-56. Dežman, B. (1997). Košarka v osnovnoj šoli. Ljubljana: VŠTK.					
dopunska literatura	1. Peršič, D., Knjaz, D., Matković, B. (2005). Dijagnostika u procesu selekcije kod najmlađih košarkaša. Edukacija-rekreacija-sport. 2. Knjaz, D., Matković, B. (2002).Vpliv prilagojene košarkarske vadbe na motorični razvoj 6-9 letnih otrok. A child in motion. u: Pišot, R. (ur.) Ljubljana: University of Ljubljana, Faculty of Education, 261-264. 3. Knjaz, D., Matković, B. (1997). Motorička obilježja polaznika škole mini-košarke „Cibona“. Kinesiology – The present and the future. u: Milanović, D. (ur.) Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu, 112-114. 4. Matković, B., Matković, Br., Knjaz, D. (1997). Anthropological characteristics of female junior basketball players. 9th European Congress on Sports Medicine, de Freitas, F. (ur.) Porto: 9th European Congress on Sports Medicine, 100-101. 5. Knjaz, D., Matković, B., Matković, Br. (2002). Turniri i natjecanja kao dopunski faktori pripreme najmlađih košarkaša. Dopunski sadržaji sportske pripreme. Milanović, D. (ur.) Zagreb: Kineziološki fakultet, 57-59.					
način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva. Istraživački rad tijekom trajanja studija. Anonimna studentska anketa.					



STRUČNO-TRENNERSKA PRAKSA U KOŠARCI II (147744)

Nositelj predmeta		prof. dr. sc. Damir Knjaz	
kancelarija			
konzultacije			
e-mail		damir.knjaz@kif.hr	
telefon			
Nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Tomislav Rupčić	
kancelarija		156	
konzultacije		po dogovoru putem e-maila	
e-mail		tomislav.rupcic@kif.hr	
telefon		+38513658754	
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	45 V	očekivani broj studenata na predmetu	1 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je stjecanje znanja o najnovijim tehnologijama praktičnog rada u području izabrane sportske specijalnosti.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju provoditi praktičan rad utemeljen na specijalističkoj izobrazbi za stjecanje stručnog naziva stručni specijalist trenerske struke – izabrani sport.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će samostalno provoditi dijagnostičke postupke za određivanje stanja pripremljenosti sportaša te realizirati praktičnim radom plan i program trenažnog procesa na svim razinama stupnjevito razvoja sportaša u različitim dobnim kategorijama. Posebni ishodi učenja na razini predmeta su: • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu morfoloških, funkcionalnih i motoričkih karakteristika sportaša. • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu razine tehničko taktičkih znanja sportaša. • Organizirati i provoditi planirani i programirani trenažni proces u različitim vremenskim ciklusima. • Organizirati i provoditi plan i program treninga djece i mladih sportaša u pojedinim fazama dugoročne sportske pripreme. • Organizirati, provoditi i kontrolirati plan i program treninga djece i mladih sportaša u pojedinim dijelovima godišnjeg ciklusa treninga. • Izraditi strateški plan i program razvoja sporta na lokalnoj, regionalnoj i globalnoj razini.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Programski sadržaji stručno trenerske prakse realizirati će se kroz tri karakteristične faze: U prvoj fazi studenti će pratiti, registrirati i analizirati stručni rad istaknutih trenera, u drugoj fazi studenti će asistirati odnosno pomagati u provedbi trenažnog rada mentora i istaknutih trenera. U trećoj fazi studenti će samostalno organizirati i provoditi pojedine sadržaje stručno trenerske prakse. Popis programskih sadržaja stručno trenerske prakse s pripadajućom satnicom:		



	• Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa prilagođenih uvjetima u kojim se trenažni proces provodi. (6V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za razvoj kvantitativnih kondicijskih sposobnosti. (6V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za razvoj kvalitativnih kondicijskih sposobnosti. (6V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za razvoj aerobnih funkcionalnih kondicijskih sposobnosti. (6V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za razvoj anaerobnih funkcionalnih kondicijskih sposobnosti. (6V) • Praktično provođenje kondicijskih programa preventivnog, razvojnog i održavajućeg karaktera. (5V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za učenje i usavršavanje tehničkih elemenata izabranog sporta. (5V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za učenje i usavršavanje taktičkih elemenata izabranog sporta. (5V)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	Praktični rad		60%	Seminarski rad	20%	
				usmeni ispit	20%	
				ukupno	5 ECTS	
	Ocjenjivanje i vrednovanje planova i programa treninga te provedbe trenažnog procesa na terenu od strane ekspertnog tima.					
obvezna literatura	LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM SPORTSIM SPECIJALNOSTIMA (literatura je navedena u okviru predmeta pojedine sportske specijalnosti).					
dopunska literatura	DOPUNSKA LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM SPORTSKIM SPECIJALNOSTIMA (literatura je navedena u okviru predmeta pojedine sportske specijalnosti).					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



MODUL – NOGOMET – II. SEM

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Modul NOGOMET						
147746	Kineziološka analiza nogometa	izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić doc. dr. sc. Tihana Nemčić Bojić	23	22	0	6
147747	Primijenjena istraživanja u nogometu	izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić doc. dr. sc. Tihana Nemčić Bojić	16	14	0	4
147748	Modeliranje i vrednovanje kondicijske pripreme u nogometu	izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić doc. dr. sc. Tihana Nemčić Bojić	23	22	0	6
147749	Modeliranje i vrednovanje tehničko-taktičke pripreme u nogometu	izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić doc. dr. sc. Tihana Nemčić Bojić	46	44	0	8
147750	Specifičnosti rada s djecom u nogometu	izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić doc. dr. sc. Tihana Nemčić Bojić	30	30	0	6
147751	Stručno-trenerska praksa u nogometu II.	izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić doc. dr. sc. Tihana Nemčić Bojić	0	0	45	5
UKUPNO			138	132	45	35



KINEZIOLOŠKA ANALIZA NOGOMETA (147746)

Nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić	
Kancelarija		157	
Konzultacije		srijedom od 10.00 do 11.30	
e-mail		valentin.barisic@kif.hr	
Telefon		+38513658757	
Nositelj predmeta		doc. dr. sc. Tihana Nemčić Bojić	
Kancelarija		70	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		tihana.nemcic.bojic@kif.hr	
Telefon			
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	6 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	45 (23P+22S) Izvedbeni sati: 22P*	očekivani broj studenata na predmetu	4 I
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Kineziološka analiza nogometa ima za cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za strukturne i biomehaničke karakteristike svih faza i podfaza nogometa, a koje zajedno tvore strukture gibanja te strukture situacija u nogometu.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Kineziološka analiza nogometa studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za definiranje struktura gibanja i struktura situacija u nogometnoj igri. To će omogućiti uspješno provođenje procesa poučavanja i treninga nogometaša različite dobi na svim razinama natjecanja.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o: - tipičnim strukturama gibanja u nogometu - tipičnim strukturama situacija u nogometu - kinematičkim karakteristikama struktura u nogometu - kinetičkim karakteristikama struktura u nogometu - funkcionalnim sposobnostima u nogometu - anatomskim karakteristikama motoričke izvedbe u nogometu - karakteristikama nogometa prema strukturnoj složenosti - karakteristikama nogometa prema dominaciji energetske procesa - karakteristikama nogometa prema načinu registracije sportskog rezultata - notacijskoj analizi nogometne igre		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja, seminari i vježbe 1. Analiza razvoja nogometa (2P) 2. Analiza trendova postignutih rezultata, razvojni modeli nogometne aktivnosti, prognoza razvoja modela nogometne aktivnosti (2P+2S) 3. Klasifikacija strukture situacija nogometne aktivnosti, međudnos struktura gibanja i struktura situacija, hijerarhijska klasifikacija gibanja nogometne aktivnosti (2P+2S) 4. Analitička razrada faza, podfaza i strukturnih jedinica nogometne aktivnosti (2P+2S)		



	5. Načini registracije biomehaničkih parametara nogometne aktivnosti, načini analize i interpretacije registriranih biomehaničkih parametara, komparacija biomehaničkih parametara različitih nogometnih aktivnosti (2P+2S) 6. Modelne karakteristike gibanja u području biomehaničkih veličina u nogometu (2P+2S) 7. Utjecaj antropoloških karakteristika na biomehaničke parametre nogometne aktivnosti (2P+2S) 8. Međuodnos antropoloških karakteristika i struktura gibanja i situacija nogometne aktivnosti (2P+2S) 9. Strukturna analiza tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata nogometne aktivnosti u odnosu na attribute nogometnog sporta (2P+2S) 10. Taksonomska analiza skupina nogometaša, analiza odnosa taksonomskih skupina unutar nogometne ekipe mikrosociološka struktura nogometne ekipe, homogenizacija nogometne ekipe (2P+2S) 11. Tehničke karakteristike i način upotrebe uređaja za registraciju i prezentaciju pojedinih dijelova i cjeline motoričkih struktura podfaza i faza aktivnosti u nogometu (3P+4S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	12%	0,72	Istraživanje	21%	1,28
				usmeni ispit	67%	4
				ukupno	6 ECTS	
obvezna literatura	Barišić, V. (2007). Kineziološka analiza taktičkih sredstava u nogometnoj igri. Kineziološki fakultet, Zagreb: Doktorska disertacija. Dujmović, P. (2006). Škola suvremenog nogometa. Zagreb: Zagrebački nogometni savez. Priručnik za nogometne trenere (2008). UEFA A. Nogometna akademija Hrvatskoga nogometnog saveza.					
dopunska literatura	Talović, M., Fiorentini, F., Sporiš, G., Ujević, B., Jovanović, M., (2011). Notacijska analiza u nogometu. Fakultet sporta i tjelesnoga odgoja, Sarajevo					
način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva. Istraživački rad tijekom trajanja studija. Anonimna studentska anketa.					



PRIMIJEJENA ISTRAŽIVANJA U NOGOMETU (147747)

Nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić	
Kancelarija		157	
Konzultacije		srijedom od 10.00 do 11.30	
e-mail		valentin.barisic@kif.hr	
Telefon		+38513658757	
Nositelj predmeta		doc. dr. sc. Tihana Nemčić Bojić	
Kancelarija		70	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		tihana.nemcic.bojic@kif.hr	
Telefon			
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	4 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	30 (16P+14S) Izvedbeni sati: 15P*	očekivani broj studenata na predmetu	4 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta Primijenjena istraživanja u nogometu jest upoznati studente sa smjerovima i strukturom znanstvenih i stručnih istraživanja u nogometu te važnosti implementacije znanstvenih i stručnih spoznaja u sustav sportske pripreme u nogometu. Sekundarni cilj predmeta Primijenjena istraživanja u nogometu jest osposobiti i potaknuti studente na samostalno stručno i znanstveno istraživanje nogometne aktivnosti te aktivno promišljanje o primjenjivosti dobivenih spoznaja u nogometnoj igri.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Primijenjena istraživanja u nogometu studenti će usvojiti potrebna znanja o važnosti istraživanja i mogućnostima njihove primjene u svakodnevnoj trenažnoj praksi u cilju unaprijeđenja poučavanja i treninga nogometaša različite dobi i kvalitete.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o: - različitoj metodologiji znanstvenih i stručnih istraživanja u nogometu, - strukturi znanstvenog i stručnog istraživanja u nogometu, - zakonitostima i karakteristikama plana istraživanja, - mogućnostima samostalnog provođenja istraživanja u nogometu, - interpretaciji rezultata istraživanja i njihovoj primjeni u nogometu,		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Struktura znanstvenih i stručnih istraživanja u nogometu (2P) 2. Metodologija znanstvenih i stručnih istraživanja u nogometu (2P+2S) 3. Registracija, interpretacija i primjena rezultata istraživanja biomehaničkih karakteristika u nogometu (2P+2S) 4. Registracija, interpretacija i primjena rezultata istraživanja strukturnih karakteristika u nogometu (2P+2S) 5. Registracija, interpretacija i primjena rezultata istraživanja antropoloških karakteristika nogometaša (2P+2S) 6. Registracija, interpretacija i primjena rezultata istraživanja o karakteristikama treniranosti nogometaša različitih dobnih skupina (2P+2S)		



	7. Registracija, interpretacija i primjena rezultata istraživanja o karakteristikama treniranosti nogometaša različitog razina natjecanja i razine kvalitete (2P+2S) 8. Istraživanja o konstrukciji i validaciji specifičnih dijagnostičkih postupaka u nogometu i neke mogućnosti primjene novih dijagnostičkih postupaka u procjeni treniranosti nogometaša (2P+2S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	12,5%	0,5	Istraživanje	37,5%	1,5
				usmeni ispit	50%	2
				ukupno	4 ECTS	
obvezna literatura	Bangsbo, J. (1993). The Physiology of soccer. August Krogh Institute - Copenhagen University. Bangsbo, J. (2003). Fitness training in soccer; A Scientific Approach. Redswain. Barišić, V. (1996). Strukturna analiza nogometne igre na temelju nekih antropoloških karakteristika. Magistarski rad. Zagreb, Fakultet za fizičku kulturu.					
dopunska literatura	1. Jerković, S., Barišić, V., Birkić, Ž., Šimenc, Z. (1996). Hijerarhijska klaster analiza pozicija igrača u nogometnoj igri definiranih antropološkim obilježjima. In Dragan Milanović (ur), Zbornik radova 3. konferencije o sportu Alpe – Jadran „Dijagnostika u sportu“, Rovinj, 26-29. rujna (94-97). Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu. 2. Marković, G., Bradić, A. (2008). Nogomet – integralni kondicijski trening. 3. Riley, T., Williams, M. A. (2003). Science and soccer. Routledge, London. 4. Verheijen, R. (1998). The Complete Handbook of conditioning for soccer. Uitgeverij Esman, Netherland.					
način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa					



MODELIRANJE I VREDNOVANJE KONDICIJSKE PRIPREME U NOGOMETU

(147748)

Nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić	
Kancelarija		157	
Konzultacije		srijedom od 10.00 do 11.30	
e-mail		valentin.barisic@kif.hr	
Telefon		+38513658757	
Nositelj predmeta		doc. dr. sc. Tihana Nemčić Bojić	
Kancelarija		70	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		tihana.nemcic.bojic@kif.hr	
Telefon			
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	6 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	45 (23P+22S) Izvedbeni sati: 22P*	očekivani broj studenata na predmetu	4 I
ciljevi predmeta	Prvi cilj predmeta je omogućiti studentima usvajanje temeljnih teorijskih i praktičnih znanja o važnosti i utjecaju kondicijske pripreme na natjecateljski rezultat u nogometu. Drugi cilj predmeta jest upoznati studente sa zakonitostima upravljanja trenažnim procesom u svrhu razvoja bazičnih i specifičnih kondicijskih sposobnosti.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Nakon apsolviranja predmeta studenti će biti osposobljeni za izradu, provedbu i kontrolu metodički ispravnog kondicijskog trenažnog procesa kod svih dobnih i natjecateljskih kategorija u nogometu.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o: - važnosti kvantitativnih motoričkih sposobnosti (snaga, izdržljivost, brzina, fleksibilnost) u nogometu - važnosti kvalitativnih motoričkih sposobnosti (koordinacija, ravnoteža, preciznost) u nogometu - utjecaju bazičnih i specifičnih funkcionalnih sposobnosti u nogometu - metodici razvoja bazičnih motoričkih sposobnosti - metodici razvoja specifičnih motoričkih sposobnosti - metodici razvoja bazičnih funkcionalnih sposobnosti - metodici razvoja specifičnih funkcionalnih sposobnosti		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Kondicijska priprema kao kategorija sportskog treninga (1P) 2. Kondicijska priprema kao proces razvoja kondicijskih sposobnosti važnih za uspjeh u nogometu . Različite metode vježbanja u okviru kondicijske pripreme. (2P+2S) 3. Periodizacija i modeliranje treninga za razvoj funkcionalnih i motoričkih sposobnosti te morfoloških obilježja nogometaša (2P+2S)		



	4. Napredne tehnologije za razvoj funkcionalnih i motoričkih sposobnosti nogometaša (2P+2S) 5. Senzibilne faze razvoja funkcionalnih i motoričkih sposobnosti kao kriterija za usmjeravanje trenažnog procesa (2P+2S) 6. Analitički pristup kondicijskom treningu vrhunskih nogometaša u višegodišnjem ciklusu (2P+2S) 7. Analitički pristup kondicijskom treningu vrhunskih nogometaša u jednogodišnjem ciklusu (2P+2S) 8. Izbor sadržaja i doziranje opterećenja u tehnologiji treninga za razvoj funkcionalnih sposobnosti u okviru nogometa . Izbor sadržaja i doziranje opterećenja u tehnologiji treninga za razvoj motoričkih sposobnosti u nogometu . (2P+2S) 9. Nove spoznaje o mogućnostima razvoja funkcionalnih i motoričkih sposobnosti dobivene primijenjenim istraživanjem u nogometu (2P+2S) 10. Primjena suvremenih tehnologija kondicijske pripreme u svakodnevnom treningu u nogometu (2P+2S) 11. Principi i pravila u konstrukciji trenažnih operatora za razvoj bazičnih i specifičnih kondicijskih sposobnosti u izabranom sportu (2P+2S) 12. Diferencijalne karakteristike kondicijske pripreme s obzirom na spol, dob i kvalitativnu razinu sportaša (2P+2S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	12%	0,72	Seminarski rad	25%	1,5
	Pismeni ispit	21,5%	1,28	usmeni ispit	41,5%	2,5
				ukupno	6 ECTS	
obvezna literatura	1. Marković, G., Bradić, A. (2008). Nogomet – integralni kondicijski trening. 2. Dujmović, P. (1997). Fizička priprema nogometaša. Zagreb: Zagrebački nogometni savez – zbor trenera. 3. Milanović, D. (2010). Teorija i metodika treninga. Primljenjena kineziologija u sportu. 2. dopunjeno i izmijenjeno izdanje. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.					
dopunska literatura	1. Bangsbo, J. (1993). The Physiology of soccer. August Krogh Institute - Copenhagen University. 2. Bangsbo, J. (2003). Fitness training in soccer; A Scientific Approach. Redswain. 3. Bompa, T. O. (2001). Periodizacija: teorija i metodologija treninga. Zagreb: Kineziološki fakultet. 4.. Bompa, T. O. (2005). Cjelokupan trening za mlade pobjednike. Gopal, Zagreb. 5. Elsner, B. (1985). Metodika rada sa fudbalerima: specifične motoričke sposobnosti fudbalera. Beograd: Sportska knjiga. 6. Verheijen, R. (1998). The Complete Handbook of conditioning for soccer. Uitgeverij Esman, Netherland. 7. Vrgoč, I. (2008). Kondicijski trening u nogometu. www.nogometnitrening.com					
način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva. Istraživački rad tijekom trajanja studija. Anonimna studentska anketa.					



MODELIRANJE I VREDNOVANJE TEHNIČKO-TAKTIČKE PRIPREME U NOGOMETU (147749)

Nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić	
Kancelarija		157	
Konzultacije		srijedom od 10.00 do 11.30	
e-mail		valentin.barisic@kif.hr	
Telefon		+38513658757	
Nositelj predmeta		doc. dr. sc. Tihana Nemčić Bojić	
Kancelarija		70	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		tihana.nemcic.bojic@kif.hr	
Telefon			
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	8 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (46P+44S) Izvedbeni sati: 45P*	očekivani broj studenata na predmetu	4 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s metodama učenja, poučavanja i uvježbavanja različitih tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata u skladu s dobnim kategorijama, kvalitetnom razinom izvedbe i ranga natjecanja.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za samostalno oblikovanje metodičkih postupaka učenja i poučavanja u nogometu. Na temelju znanja o strukturnim i biomehaničkim karakteristikama tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata student će moći izabrati sadržaje, opterećenja i metode pogodne za stjecanje motoričkih znanja za izvedbu tehničkih i tehničko-taktičkih elemenata. Temeljni ishod učenja je osposobljenost studenta da zna prenijeti znanje na druge poučavajući ih novim motoričkim zadacima.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušane i položene nastavne građe studenti će steći znanja: - potrebna za definiranje elementarnih i naprednih tehničkih struktura u nogometu , - potrebna za definiranje elementarnih i naprednih taktičkih struktura u nogometu , - o metodama prenošenja informacija s ciljem učenja tehničkih struktura nogometa, - o metodama usvajanja informacija s ciljem učenja tehničkih struktura nogometa, - o metodama prenošenja informacija s ciljem učenja taktičkih sklopova nogometa, - o metodama usvajanja informacija s ciljem učenja taktičkih sklopova nogometa.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Definicija, struktura i značajke tehničko-taktičke pripreme u nogometu (2P) 2. Programiranje procesa poučavanja tehničko-taktičkih zadataka u višegodišnjem i jednogodišnjem ciklusu u nogometu (2P+2S) 3. Postupci za usvajanje, usavršavanje, stabilizaciju i automatizaciju tehničkih struktura nogometa (2+2S) 4. Postupci za usvajanje, usavršavanje, stabilizaciju i automatizaciju taktičkih struktura nogometa (2P+2S)		



	5. Proces učenja: davanje informacija (2P+2S) 6. Proces učenja: demonstracija (2P+2S) 7. Proces učenja: izvođenje motoričkog zadatka (2P+2S) 8. Proces učenja: uočavanje i ispravljanje motoričkih grešaka (2P+2S) 9. Proces učenja: vrednovanje naučenog tehničko-taktičkog znanja (2P+2S) 10. Modeliranje treninga elementarne tehnike (2P+2S) 11. Modeliranje treninga napredne tehnike (2P+2S) 12. Modeliranje treninga elementarne individualne taktike (2P+2S) 13. Modeliranje treninga elementarne skupne (grupne) taktike (2P+2S) 14. Modeliranje treninga kolektivne taktike (2P+2S) 15. Hijerarhijska struktura i redoslijed poučavanja elemenata tehničke i tehničko-taktičke pripremljenosti nogometaša (2P+2S) 16. Stupnjevita izobrazba tehničkih i tehničko-taktičkih znanja: početna obuka, napredna obuka, situacijsko usavršavanje, natjecateljsko usavršavanje (2P+2S) 17. Analiza uspješnosti izvođenja elemenata tehnike i taktike (2P+2S) 18. Sustavi za kinematičku analizu u postupku uočavanja i ispravljanja motoričkih pogrešaka (2P+2S) 19. Korištenje suvremene tehnologije u procesu učenja struktura kretanja u nogometu (2P+3S) 20. Korištenje suvremene tehnologije u procesu učenja struktura situacija u nogometu (2P+3S) 21. Registracija i primjena statističkih pokazatelja natjecateljske aktivnosti nogometaša i njihova primjena u analizi uspješnosti pojedinaca i ekipa (3P+2S) 22. Primjena rezultata istraživanja u učincima različitih metoda poučavanja (analitička, sintetička, situacijska i kombinirana) (3P+2S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	19%	1,52	Seminarski rad	19%	1,52
	Pismeni ispit	19%	1,52	usmeni ispit	43%	3,44
				ukupno	8 ECTS	
obvezna literatura	1. Dujmović, P. (2006). Škola suvremenog nogometa. Zagreb: Zagrebački nogometni savez. 2. Caliguieri, P Herbst, D. (2005). Nogomet- tehnike i taktike za vrhunsku igru. Profil. 3. Toplak, I. (1985). Savremeni fudbal i njegove tajne – taktika i metodika. Beograd: FSJ.					
dopunska literatura	1. Schmidt, C. E. (2009). Nogomet –napredne vježbe. Gopal. 2. HNS (2008). Priručnik za Uefa – A trenere. HNS, Zagreb.					
način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje usvojenosti nastavnog gradiva Praćenje i vrednovanje samostalnog rada Anonimna studentska anketa o kvaliteti provedbe nastavnog procesa.					



SPECIFIČNOSTI RADA S DJECOM U NOGOMETU (147750)

Nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić	
Kancelarija		157	
Konzultacije		srijedom od 10.00 do 11.30	
e-mail		valentin.barasic@kif.hr	
Telefon		+38513658757	
Nositelj predmeta		doc. dr. sc. Tihana Nemčić Bojić	
Kancelarija		70	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		tihana.nemcic.bojic@kif.hr	
Telefon			
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	6 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	60 (30P+15S+15V) Izvedbeni sati: 30P*	očekivani broj studenata na predmetu	4 I
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Specifičnosti rada s djecom u nogometu ima cilj stjecanje posebnih znanja vezanih za razvojna obilježja djece, senzitivne faze razvoja motoričkih sposobnosti i znanja koja će treneri koristiti u svrhu očuvanja i unapređenja zdravlja te optimalnog sportskog razvoja djece u svim etapama dugoročne sportske pripreme.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Na razini programa koji obrazuje specijaliste trenerske struke studenti će steći potrebna znanja o značajkama rasta i razvoja djece koja će uspješno integrirati u oblikovanju metodičkih postupaka kondicijskog vježbanja i motoričkog poučavanja kao i planiranja i programiranja etapa dugoročne sportske pripreme		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Na razini predmeta studenti će steći potrebna znanja o specifičnostima rada s djecom u nogometu a koja se najviše odnose na: - dobne kategorije djece u nogometnom sportu ; - karakteristike rasta i razvoja djece potencijalnih nogometaša; - senzitivne faze u razvoju pojedinih funkcionalno-motoričkih sposobnosti; - specifičnosti metodičkih postupaka razvoja kondicijskih sposobnosti; - specifičnosti metodičkih postupaka poučavanja motoričkih zadataka; - uvažavanje kronološke i biološke dobi u treningu djece nogometaša; - planiranje i programiranje treninga djece nogometaša u pojedinim razvojnim etapama; - etička pitanja treninga djece; - zdravstvenu zaštitu djece nogometaša; - suradnju trenera i ostalih članova stručnog tima u postizanju stupnjevitog razvoja djece nogometaša.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Tjelesni, senzomotorički, kognitivni i emocionalni razvoj djece uključene u nogometne aktivnosti (1P+1S) 2. Biotička motorička znanja kao temelj rada sa djecom u nogometu (2P+2S) 3. Senzitivne faze razvoja motoričkih i funkcionalnih sposobnosti djece predškolske i rane školske dobi (1P+1S)		



	4. Senzitivne faze razvoja motoričkih i funkcionalnih sposobnosti djece predpubertetske i pubertetske dobi (1P+1S) 5. Senzitivne faze razvoja motoričkih i funkcionalnih sposobnosti djece u adolescenciji (1P+1S) 6. Primijenjena istraživanja o razvojnim obilježjima i senzitivnim fazama u treningu djece nogometaša (1P+1S) 7. Darovitost djece za sport, prepoznavanje sportskih talenata (2P+2S) 8. Dijagnostički postupci u selekciji potencijalnih sportaša u nogometu (2P+2S) 9. Čimbenici rada s djecom u rukometu (obitelj, škola, društvena zajednica i sportski klub) (1P+1S) 10. Specifičnost izbora sadržaja i doziranja opterećenja u treningu djece u nogometu (2P+2S) 11. Specifičnost metoda vježbanja i poučavanja djece u nogometu (2P+2S) 12. Sustavi natjecanja djece u nogometu (1P+1S) 13. Periodizacija dugoročne sportske pripreme djece sportaša: dobne kategorije u nogometu (1P+1S) 14. Primjena znanja o senzitivnim fazama u kreiranju plana i programa sportske pripreme djece, kadeta i juniora (1P+1S) 15. Dugoročno (perspektivno) planiranje i programiranje treninga u etapama dugoročne sportske pripreme u nogometu . Transfer znanja o biološkim determinantama i metodičkim principima treninga djece u nogometu . (2P+2S) 16. Sportske škole: dugoročna sportska izobrazba djece u školskom i klupskom sustavu (2P+2S) 17. Vrednovanje i ocjenjivanje učinaka treninga u pojedinim etapama dugoročne sportske pripreme (2P+2S) 18. Etička pitanja treninga djece nogometaša (potencijalni izvori zlostavljanja) (1P+1S) 19. Zdravstvena zaštita djece nogometaša (suradnja trenera, školskog liječnika, liječnika specijalista sportske medicine, psihologa i školskog pedagoga) (2P+2S) 20. Analiza razvoja karijera najuspješnijih u nogometu (2P+2S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	16,5%	0,5	Seminarski rad	16,5%	0,5
	Pismeni ispit	25%	2	usmeni ispit	34%	3
				ukupno	6 ECTS	
obvezna literatura	1. Dujmović, P. (2006). Škola suvremenog nogometa. Zagreb: Zagrebački nogometni savez. 2. Sudarov, N., Fratrić, F. (2007). Dijagnostika treniranosti sportaša. www. sportska –knjiga. hr 3. Marković, G., Bradić, A. (2008). Nogomet – integralni kondicijski trening.					
dopunska literatura	1. Weineck, E. J. Optimales Fussballtraining (prijevod na Hrvatski jezik). Zagreb: Kineziološki fakultet. 2. Jerković, S., Barišić, V. (1993). Kanonička povezanost nekih situacijsko-motoričkih varijabli i uspjeha u nogometnoj igri. Kineziologija, 25 (1-2), 63-69. 3. Jerković, S., Barišić, V. (1997). Dijagnostika stanja bazičnih i specifičnih motoričkih sposobnosti nogometaša. In Dragan Milanović i Stjepan Heimer (ur.), Zbornik radova Međunarodnog savjetovanja „Dijagnostika treniranosti sportaša“ , 6. zagrebački sajam športa, Zagreb, 1. ožujka (str. 130-134). Zagreb, Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu.					
način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva. Istraživački rad tijekom trajanja studija. Anonimna studentska anketa.					



STRUČNO-TRENNERSKA PRAKSA U NOGOMETU II (147751)

Nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Valentin Barišić	
Kancelarija		157	
Konzultacije		srijedom od 10.00 do 11.30	
e-mail		valentin.barisic@kif.hr	
Telefon		+38513658757	
Nositelj predmeta		doc. dr. sc. Tihana Nemčić Bojić	
Kancelarija		70	
Konzultacije		prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		tihana.nemcic.bojic@kif.hr	
Telefon			
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	45 V	očekivani broj studenata na predmetu	4 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je stjecanje znanja o najnovijim tehnologijama praktičnog rada u području izabrane sportske specijalnosti.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju provoditi praktičan rad utemeljen na specijalističkoj izobrazbi za stjecanje stručnog naziva stručni specijalist trenerske struke – izabrani sport.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će samostalno provoditi dijagnostičke postupke za određivanje stanja pripremljenosti sportaša te realizirati praktičnim radom plan i program trenažnog procesa na svim razinama stupnjevito razvoja sportaša u različitim dobnim kategorijama. Posebni ishodi učenja na razini predmeta su: • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu morfoloških, funkcionalnih i motoričkih karakteristika sportaša. • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu razine tehničko taktičkih znanja sportaša. • Organizirati i provoditi planirani i programirani trenažni proces u različitim vremenskim ciklusima. • Organizirati i provoditi plan i program treninga djece i mladih sportaša u pojedinim fazama dugoročne sportske pripreme. • Organizirati, provoditi i kontrolirati plan i program treninga djece i mladih sportaša u pojedinim dijelovima godišnjeg ciklusa treninga. • Izraditi strateški plan i program razvoja sporta na lokalnoj, regionalnoj i globalnoj razini.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Programski sadržaji stručno trenerske prakse realizirati će se kroz tri karakteristične faze: U prvoj fazi studenti će pratiti, registrirati i analizirati stručni rad istaknutih trenera, u drugoj fazi studenti će asistirati odnosno pomagati u provedbi trenažnog rada mentora i istaknutih trenera. U trećoj fazi studenti će samostalno organizirati i provoditi pojedine sadržaje stručno trenerske prakse. Popis programskih sadržaja stručno trenerske prakse s pripadajućom satnicom:		



	• Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa prilagođenih uvjetima u kojim se trenažni proces provodi. (6V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za razvoj kvantitativnih kondicijskih sposobnosti. (6V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za razvoj kvalitativnih kondicijskih sposobnosti. (6V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za razvoj aerobnih funkcionalnih kondicijskih sposobnosti. (6V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za razvoj anaerobnih funkcionalnih kondicijskih sposobnosti. (6V) • Praktično provođenje kondicijskih programa preventivnog, razvojnog i održavajućeg karaktera. (5V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za učenje i usavršavanje tehničkih elemenata izabranog sporta. (5V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za učenje i usavršavanje taktičkih elemenata izabranog sporta. (5V)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	Praktični rad		60%	Seminarski rad	20%	
				usmeni ispit	20%	
				ukupno	5 ECTS	
	Ocjenjivanje i vrednovanje planova i programa treninga te provedbe trenažnog procesa na terenu od strane ekspertnog tima.					
obvezna literatura	LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM SPORTSIM SPECIJALNOSTIMA (literatura je navedena u okviru predmeta pojedine sportske specijalnosti).					
dopunska literatura	DOPUNSKA LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM SPORTSKIM SPECIJALNOSTIMA (literatura je navedena u okviru predmeta pojedine sportske specijalnosti).					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



MODUL –PLES – II. SEM

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
Modul PLES						
147660	Kineziološka analiza plesa	izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	23	22	0	6
147661	Primijenjena istraživanja u plesu	izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	16	14	0	4
147662	Modeliranje i vrednovanje kondicijske pripreme u plesu	izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	23	22	0	6
147663	Modeliranje i vrednovanje scenske pripreme u plesu	izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	46	44	0	8
147664	Specifičnosti rada s djecom u plesu	izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	30	30	0	6
147665	Stručno-trenerska praksa u plesu II.	izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	0	0	45	5
UKUPNO			138	132	45	35



KINEZIOLOŠKA ANALIZA PLESA (147660)

Nositelj predmeta		izv.prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	
Kancelarija		168	
Konzultacije		utorkom od 12.30 do 13.30 sati i prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		jadranka.vlasic@kif.hr	
Telefon		+38513658769	
Nastavnik		Anja Topolovec, univ. mag. cin.	
e-mail		anja.topolovec@kif.hr	
Vanjski suradnik		Alen Plevnik, mag. cin.	
e-mail		alen.plevnik@kif.hr	
Vanjski suradnik		Lea Burcar, mag. cin	
e-mail		lea.burcar@kif.hr	
Korepetitor		Marko Robinić	
e-mail		marko.robinic@kif.hr	
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	6 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	45 (23P+22S) Izvedbeni sati: 22P*	očekivani broj studenata na predmetu	1 I
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Kineziološka analiza plesa ima cilj stjecanje posebnih znanja vezanih za glavne strukturne, antropološke i biomehaničke značajke plesa te način kvalitetnog uključivanja dobivenih informacija u sustav plesnog treninga.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Znanja o kineziološkoj analizi plesa omogućit će studentima kvalitetnu analizu strukturalnih i biomehaničkih spoznaja o plesu te spoznaja o razini njihove važnosti u procesu poučavanja i treninga plesača od razine početnika do razine sudionika na najvišim razinama natjecanja.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu: - znanja o načinu modeliranja razvoja sportske aktivnosti u kvalitativnom i kvantitativnom obliku; - znanja vezana za važnost definiranja strukturnih značajki plesa, povezanosti struktura gibanja i struktura situacija kao i znanja za definiranje važnosti pojedinih faza i podfaza u konačnom rezultatu; - znanja o međusobnoj povezanosti antropoloških karakteristika, definiranju hijerarhijskog odnosa među motoričkim i funkcionalnim sposobnostima, a koji može biti osnova za planiranje i programiranje trenažnog procesa; - znanja o načinu registracije i analize najvažnijih biomehaničkih parametara plesa.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 12. Analiza razvoja plesa (2P) 13. Analiza trendova postignutih rezultata, razvojni modeli i prognoza razvoja modela plesa (2P+2S) 14. Klasifikacija strukture situacija u plesu, međuođnos struktura gibanja i struktura situacija, hijerarhijska klasifikacija gibanja u plesu (2P+2S)		



	15. Analitička razrada faza, podfaza i strukturnih jedinica plesa (2P+2S) 16. Načini registracije biomehaničkih parametara plesnih elemenata, načini analize i interpretacije registriranih biomehaničkih parametara, komparacija biomehaničkih parametara različitih sportskih aktivnosti (2P+2S) 17. Modelne karakteristike gibanja u području biomehaničkih veličina (2P+2S) 18. Utjecaj antropoloških karakteristika na biomehaničke parametre plesa (2P+2S) 19. Međuodnos antropoloških karakteristika i struktura gibanja i situacija plesa (2P+2S) 20. Strukturna analiza tehničkih i tehničko-taktičkih plesnih elemenata u odnosu na attribute plesa (2P+2S) 21. Taksonomska analiza skupina spotaša, analiza odnosa taksonomskih skupina unutar plesnog para, mikrosociološka struktura plesnog para, homogenizacija plesnog para (2P+2S) 22. Tehničke karakteristike i način upotrebe uređaja za registraciju i prezentaciju pojedinih dijelova i cjeline motoričkih struktura podfaza i faza aktivnosti u plesu (3P+4S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	12%	0,72	Istraživanje	21%	1,28
				usmeni ispit	67%	4
				ukupno	6 ECTS	
obvezna literatura	Ivančan, I. (1964).Narodni plesovi Hrvatske. Zagreb: savez muzičkih društava Hrvatske. Wainwright, L. (2007). Zplešimo. Zagreb: Kugen Ivančan, I. (1964).Narodni plesovi Hrvatske. Zagreb: savez muzičkih društava Hrvatske.					
dopunska literatura	1. Oreb, G. (1989). Analiza povezanosti primarnih motoričkih sposobnosti i sistema za procjenu uspješnosti u plesu. Kineziologija, 20(1), 55-60. 2. Oreb, G. & Kilibarda, S. (1996). The role of rhythmic abilities in dance. Kinesiology, 28(1), 58-63. 3. Vlašić, J. , Oreb, G. & Lešćić, S. (2009). Povezanost motoričkih i morfoloških obilježja s uspjehom u društvenim plesovima. Hrvatski športskomedicinski vjesnik, 24,30-37.					
način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva. Istraživački rad tijekom trajanja studija. Anonimna studentska anketa.					



PRIMIJEJENA ISTRAŽIVANJA U PLESU (147661)

Nositelj predmeta		izv.prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	
Kancelarija		168	
Konzultacije		utorkom od 12.30 do 13.30 sati i prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		jadranka.vlasic@kif.hr	
Telefon		+38513658769	
Nastavnik		Anja Topolovec, univ. mag. cin.	
e-mail		anja.topolovec@kif.hr	
Vanjski suradnik		Alen Plevnik, mag. cin.	
e-mail		alen.plevnik@kif.hr	
Vanjski suradnik		Lea Burcar, mag. cin	
e-mail		lea.burcar@kif.hr	
Korepetitor		Marko Robinić	
e-mail		marko.robinic@kif.hr	
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	4 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	30 (16P+14S) Izvedbeni sati: 15P*	očekivani broj studenata na predmetu	1 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta Primijenjena istraživanja u plesu jest upoznati studente sa smjerovima i strukturom znanstvenih i stručnih istraživanja u plesu te važnosti implementacije znanstvenih i stručnih spoznaja u sustav sportske pripreme plesača. Sekundarni cilj predmeta Primijenjena istraživanja u plesu jest osposobiti i potaknuti studente na samostalno stručno i znanstveno istraživanje izabrane sportske aktivnosti te aktivno promišljanje o primjenjivosti dobivenih spoznaja u edukaciji, treningu i rekreaciji.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Znanja o važnosti pojedinih primjenjenih istraživanja i novih spoznaja omogućit će studentima višu razinu stručno-trenerskog rada u plesu. Studenti će naučiti kako rezultate istraživanja primijeniti u području plesa s aspekta praktične primjene u procesu sportske pripreme.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu: - znanja o različitoj metodologiji znanstvenih i stručnih istraživanja u plesu, - znanja o strukturi znanstvenog i stručnog istraživanja u plesu, - znanja o zakonitostima i karakteristikama plana istraživanja, - znanja koja im omogućuju samostalno provođenje istraživanja u plesu, - znanja o interpretaciji rezultata istraživanja i njihovoj primjeni u plesu,		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Struktura znanstvenih i stručnih istraživanja u plesu (2P) 2. Metodologija znanstvenih i stručnih istraživanja u plesu (2P+2S) 3. Registracija, interpretacija i primjena rezultata istraživanja biomehaničkih karakteristika u plesu (2P+2S) 4. Registracija, interpretacija i primjena rezultata istraživanja strukturnih karakteristika u plesu (2P+2S)		



	5. Registracija, interpretacija i primjena rezultata istraživanja antropoloških karakteristika sportaša u plesu (2P+2S) 6. Registracija, interpretacija i primjena rezultata istraživanja o karakteristikama treniranosti sportaša različitih dobnih skupina (2P+2S) 7. Registracija, interpretacija i primjena rezultata istraživanja o karakteristikama treniranosti sportaša različitog razina natjecanja i razine kvalitete (2P+2S) 8. Istraživanja o konstrukciji i validaciji specifičnih dijagnostičkih postupaka u plesu i neke mogućnosti primjene novih dijagnostičkih postupaka u procjeni treniranosti plesača (2P+2S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	12,5%	0,5	Istraživanje	37,5%	1,5
				usmeni ispit	50%	2
				ukupno	4 ECTS	
obvezna literatura	Oreb, G., Ružić, L., Matković, Br., Mišigoj-Duraković, M., Vlašić, J., Ciliga, D. (2006). Physical fitness, menstrual cycle disorders and smoking habit in national ballet and national folk dance ensembles. Collegium Antropologicum. 30 (2): 279-283. Oreb, G. (1989). Analiza povezanosti primarnih motoričkih sposobnosti i sistema za procjenu uspješnosti u plesu. Kineziologija, 20 (1): 55-60. Oreb, G., Kilibarda, S. (1996). The role of rhythmic abilities in dance. Kinesiology, 28 (1), 58-63.					
dopunska literatura	1. Vlašić, J. , Oreb, G., Leščić, S. (2009). Povezanost motoričkih i morfoloških obilježja s uspjehom u društvenim plesovima. Hrvatski športskomedicinski vjesnik, 24,30-37. 2. Vlašić, J. , Oreb, G., Furjan-Mandić, G. (2007). Motor and morphological characteristics of female university students and the efficiency of performing folk dances. Kinesiology, 39(1), 49-61. 3. Vlašić, J, Oreb, G. , Zeković, Z. (2004). Examples of the elementary games in work with preschoolers at dance school. In: Pišot, R., Štamberger, V., Zorc, J., Obid, A. (ur.) Abstracts and Proceedings 3. International Symposium „A child in motion“, Kranjska gora, Slovenija, 30. 09. – 02. 10. 2004., Koper: Univesity of Primorska, 178.					
način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva. Istraživački rad tijekom trajanja studija. Anonimna studentska anketa.					



MODELIRANJE I VREDNOVANJE KONDICIJSKE PRIPREME U PLESU

(147662)

Nositelj predmeta		izv.prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	
Kancelarija		168	
Konzultacije		utorkom od 12.30 do 13.30 sati i prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		jadranka.vlasic@kif.hr	
Telefon		+38513658769	
Nastavnik		Anja Topolovec, univ. mag. cin.	
e-mail		anja.topolovec@kif.hr	
Vanjski suradnik		Alen Plevnik, mag. cin.	
e-mail		alen.plevnik@kif.hr	
Vanjski suradnik		Lea Burcar, mag. cin	
e-mail		lea.burcar@kif.hr	
Korepetitor		Marko Robinić	
e-mail		marko.robinic@kif.hr	
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	6 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	45 (23P+22S) Izvedbeni sati: 22P*	očekivani broj studenata na predmetu	1 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta modeliranje i vrednovanje kondicijske pripreme jest studentima pružiti znanja o ciljevima i zadaćama kondicijske pripreme unutar cjelokupnog koncepta sportskog i rekreativnog treninga te njezinom utjecaju na realizaciju i poboljšanje izvedbe kao i međuodnosu tehničke, taktičke, psihološke i kondicijske pripreme.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti stječu znanja o integraciji kondicijske pripreme u svakoj pojedinoj fazi sportskog treninga u odnosu na dob i spol plesača, razinu kvalitete kao i o integraciji kondicijske pripreme unutar godišnjeg ili višegodišnjeg treninga plesača.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu: - znanja o ciljevima i značajkama kondicijske pripreme u sportskom treningu, - znanja o ciljevima i značajkama kondicijske pripreme kod plesača različite dobi, - znanja o ciljevima i značajkama kondicijske pripreme kod plesača različitog spola, - znanja o ciljevima i značajkama kondicijske pripreme različitih faza sportske karijere, - znanja o ciljevima i značajkama kondicijske pripreme različitih faza unutar godišnje periodizacije, - znanja o različitim metodama kondicijske pripreme.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Kondicijska priprema kao kategorija sportskog treninga (1P) 2. Kondicijska priprema kao proces razvoja kondicijskih sposobnosti važnih za uspjeh u plesu. Različite metode vježbanja u okviru kondicijske pripreme. (2P+2S)		



	3. Periodizacija i modeliranje treninga za razvoj funkcionalnih i motoričkih sposobnosti te morfoloških obilježja plesača (2P+2S) 4. Napredne tehnologije za razvoj funkcionalnih i motoričkih sposobnosti sportaša u plesu (2P+2S) 5. Senzibilne faze razvoja funkcionalnih sposobnosti kao kriterija za usmjeravanje trenažnog procesa, senzibilne faze razvoja motoričkih sposobnosti kao kriterija za usmjeravanje trenažnog procesa (2P+2S) 6. Analitički pristup kondicijskom treningu vrhunskih plesača u višegodišnjem ciklusu (2P+2S) 7. Analitički pristup kondicijskom treningu vrhunskih plesača u jednogodišnjem ciklusu (2P+2S) 8. Izbor sadržaja i doziranje opterećenja u tehnologiji treninga za razvoj funkcionalnih sposobnosti u plesu. Izbor sadržaja i doziranje opterećenja u tehnologiji treninga za razvoj motoričkih sposobnosti u plesu. (2P+2S) 9. Nove spoznaje o mogućnostima razvoja funkcionalnih i motoričkih sposobnosti dobivene primijenjenim istraživanjem u plesu (2P+2S) 10. Primjena suvremenih tehnologija kondicijske pripreme u svakodnevnom treningu u plesu (2P+2S) 11. Principi i pravila u konstrukciji trenažnih operatora za razvoj bazičnih i specifičnih kondicijskih sposobnosti u plesu (2P+2S) 12. Diferencijalne karakteristike kondicijske pripreme s obzirom na spol, dob i kvalitativnu razinu sportaša (2P+2S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	12%	0,72	Seminarski rad	25%	1,5
	Pismeni ispit	21,5%	1,28	usmeni ispit	41,5%	2,5
				ukupno	6 ECTS	
obvezna literatura	Oreb, G. (1989). Analiza povezanosti primarnih motoričkih sposobnosti i sistema za procjenu uspješnosti u plesu. Kineziologija, 20 (1): 55-60. Oreb, G., Kilibarda, S. (1996). The role of rhythmic abilities in dance. Kinesiology, 28 (1): 58-63. Vlašić, J. , Oreb, G., Leščić, S. (2009). Povezanost motoričkih i morfoloških obilježja s uspjehom u društvenim plesovima. Hrvatski športskomedicinski vjesnik, 24,30-37.					
dopunska literatura	1. Oreb, G., Matković, Br., Vlašić, J., Kostić, R. (2007). Struktura funkcionalnih sposobnosti plesača. U: Maleš, B. (ur.) Proceedings of the 2nd International Conference, Contemporary Kinesiology, Mostar, 2007., Faculty of kinesiology, University of Split, Faculty of natural science, mathematics and education, University of Mostar, Faculty of sport, University of Ljubljana, 196-200. 2. Oreb, G., Medved, R. (1991). Blood Lactic Acid Values in Folk Dancers During Performance. U: Proceedings of AIESEP World Congress „Collaboration Between Researchers and practitioners in Physical Education: An International Dialogue“, Atlanta, GA, January, 4. – 7. 1991., Atlanta, GA: National Association of PE in High Education, 145.. 3. Oreb, G., Matković, Br. (1994). Functional abilities of professional dancers. in: The 11th International Congress on Sports Sciences for Students, Budapest: University of Physical Education, 7. 4. Oreb, G., Blašković, M., Gošnik-Oreb, J. (1989). Canonical Relation Between Abilities and Dance Efficiency. In: Rauhala, J. (ed.) Proceedings Movement and sport – A challenge for life-long learning, AIESP, Jyväskylä: University of Jyväskylä, 12.					



	5. Vlašić, J., Oreb, G., Furjan-Mandić, G. (2007). Motor and morphological characteristics of female university students and the efficiency of performing folk dances. Kinesiology, 39 (1): 49-61.
način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva. Istraživački rad tijekom trajanja studija. Anonimna studentska anketa.



MODELIRANJE I VREDNOVANJE SCENSKE PRIPREME U PLESU (147663)

Nositelj predmeta		izv.prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	
Kancelarija		168	
Konzultacije		utorkom od 12.30 do 13.30 sati i prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		jadranka.vlasic@kif.hr	
Telefon		+38513658769	
Nastavnik		Anja Topolovec, univ. mag. cin.	
e-mail		anja.topolovec@kif.hr	
Vanjski suradnik		Alen Plevnik, mag. cin.	
e-mail		alen.plevnik@kif.hr	
Vanjski suradnik		Lea Burcar, mag. cin	
e-mail		lea.burcar@kif.hr	
Korepetitor		Marko Robinić	
e-mail		marko.robinic@kif.hr	
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	8 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	90 (46P+44S) Izvedbeni sati: 45P*	očekivani broj studenata na predmetu	1 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta Modeliranje i vrednovanje tehničko taktičke pripreme u plesu jest studentima pružiti znanja o ciljevima i zakonitostima tehničko-taktičke pripreme plesača uvažavajući osnovne strukturne, biomehaničke i anatomske značajke plesa povezujući ih s najnovijim spoznajama o učincima različitih metoda prenošenja i usvajanja informacija.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za samostalno oblikovanje metodičkih postupaka učenja i poučavanja u plesu. Na temelju znanja o strukturnim i biomehaničkim karakteristikama tehničkih i tehničko-scenskih elemenata student će moći izabrati sadržaje, opterećenja i metode pogodne za stjecanje motoričkih znanja za izvedbu tehničkih i tehničko-scenskih elemenata. Temeljni ishod učenja je osposobljenost studenta da zna prenijeti znanja o poučavanju plesača različitih dobni kategorija i kvalitetne razine.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu: - znanja potrebna za definiranje elementarnih i naprednih tehničkih struktura u plesu, - znanja potrebna za definiranje elementarnih i naprednih koreografija u plesu, - znanja o metodama prenošenja informacija s ciljem učenja tehničkih struktura plesa, - znanja o metodama usvajanja informacija s ciljem učenja tehničkih struktura plesa, - znanja o metodama prenošenja informacija s ciljem učenja koreografija, - znanja o metodama usvajanja informacija s ciljem učenja koreografija.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari: 1. Definicija, struktura i značajke tehničko-taktičke pripreme u plesu (2P) 2. Programiranje procesa poučavanja tehničko-taktičkih i koreografskih zadataka u višegodišnjem i jednogodišnjem ciklusu u plesu (2P+2S)		



	3. Postupci za usvajanje, usavršavanje, stabilizaciju i automatizaciju tehničkih struktura plesa (2+2S) 4. Postupci za usvajanje, usavršavanje, stabilizaciju i automatizaciju koreografskih struktura plesa (2P+2S) 5. Proces učenja: davanje informacija (2P+2S) 6. Proces učenja: demonstracija (2P+2S) 7. Proces učenja: izvođenje motoričkog zadatka (2P+2S) 8. Proces učenja: uočavanje i ispravljanje motoričkih grešaka (2P+2S) 9. Proces učenja: vrednovanje naučenog tehničko-taktičkog i koreografskog znanja (2P+2S) 10. Modeliranje treninga elementarne tehnike (2P+2S) 11. Modeliranje treninga napredne tehnike (2P+2S) 12. Modeliranje treninga elementarne tehnike pri izvođenju u paru(2P+2S) 13. Modeliranje treninga napredene tehnike pri izvođenju u paru (2P+2S) 14. Modeliranje treninga koreografije (2P+2S) 15. Hijerarhijska struktura i redoslijed poučavanja elemenata tehničke i tehničko-taktičke pripremljenosti (2P+2S) 16. Stupnjevita izobrazba tehničkih i tehničko-taktičkih znanja: početna obuka, napredna obuka, situacijsko usavršavanje, natjecateljsko usavršavanje (2P+2S) 17. Analiza uspješnosti izvođenja elemenata tehnike i koreografije (2P+2S) 18. Sustavi za kinematičku analizu u postupku uočavanja i ispravljanja motoričkih pogrešaka (2P+2S) 19. Korištenje suvremene tehnologije u procesu učenja struktura kretanja u plesu (2P+3S) 20. Korištenje suvremene tehnologije u procesu učenja struktura situacija u plesu (2P+3S) 21. Registracija i primjena statističkih pokazatelja natjecateljske aktivnosti i njihova primjena u analizi uspješnosti pojedinaca i parova(3P+2S) 22. Primjena rezultata istraživanja u učincima različitih metoda poučavanja (analitička, sintetička, situacijska i kombinirana) (3P+2S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	19%	1,52	Seminarski rad	19%	1,52
	Pismeni ispit	19%	1,52	usmeni ispit	43%	3,44
				ukupno	8 ECTS	
obvezna literatura	Ivančan, I. (1971). Folklor i scena. Zagreb: Prosvjetni sabor Hrvatske. Ivančan, I. (1985). Narodni plesni običaji južne Dalmacije. Zagreb: Kulturno-prosvjetni sabor Hrvatske. Kinesiology and Medicine for Dance. (1991/92). U: Chmelar, R. & Dun, J. London: Dance books, Ltd.					
dopunska literatura	1. Oreb, G. (1984). Relacije između primarnih motoričkih sposobnosti i efikasnosti izvođenja plesnih struktura kod selekcioniranog uzorka ispitanika. (Magistarski rad). Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu. 2. Oreb, G. (1992). Relativna efikasnost utjecaja plesa na motoričke sposobnosti studentica. (Doktorska disertacija). Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu. 3. Miletić, Đ., Jelčić, M., Oreb, G. (2007). The effects of a visual model and knowledge of perormance dance skills. Kinesiologia Slovenica, 13 (1): 31-40. 4. Maletić, A. (1983). Pokret i ples. Zagreb: Kulturno-prosvjetni sabor Hrvatske.					
način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva. Istraživački rad tijekom trajanja studija. Anonimna studentska anketa.					



SPECIFIČNOSTI RADA S DJECOM U PLESU (147664)

Nositelj predmeta		izv.prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	
Kancelarija		168	
Konzultacije		utorkom od 12.30 do 13.30 sati i prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		jadranka.vlasic@kif.hr	
Telefon		+38513658769	
Nastavnik		Anja Topolovec, univ. mag. cin.	
e-mail		anja.topolovec@kif.hr	
Vanjski suradnik		Alen Plevnik, mag. cin.	
e-mail		alen.plevnik@kif.hr	
Vanjski suradnik		Lea Burcar, mag. cin	
e-mail		lea.burcar@kif.hr	
Korepetitor		Marko Robinić	
e-mail		marko.robinic@kif.hr	
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	6 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica		
način izvođenja nastave	60 (30P+15S+15V) Izvedbeni sati: 30P*	očekivani broj studenata na predmetu	1 I
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Specifičnosti rada s djecom u plesu ima cilj stjecanje posebnih znanja vezanih za razvojna obilježja djece, senzitivne faze razvoja motoričkih sposobnosti i znanja koja će treneri koristiti u svrhu očuvanja i unapređenja zdravlja te optimalnog sportskog razvoja djece u svim etapama dugoročne sportske pripreme.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Temeljni ishod učenja na razini programa su znanja o značajkama rasta i razvoja djece uključene u proces dugoročne sportske izobrazbe. Studenti će uspješni integrirati različite metodičke postupke poučavanja specifičnih tehničko-taktičkih znanja kao i kondicijskog vježbanja u plesu.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Na razini predmeta studenti će steći potrebna znanja o specifičnostima rada s djecom u plesu a koja se najviše odnose na: - dobne kategorije djece u plesu; - karakteristike rasta i razvoja djece potencijalnih sportaša; - senzitivne faze u razvoju pojedinih funkcionalno-motoričkih sposobnosti; - specifičnosti metodičkih postupaka razvoja kondicijskih sposobnosti; - specifičnosti metodičkih postupaka poučavanja motoričkih zadataka; - uvažavanje kronološke i biološke dobi u treningu djece sportaša; - planiranje i programiranje treninga djece sportaša u pojedinim razvojnim etapama; - etička pitanja treninga djece; - zdravstvenu zaštitu djece sportaša; - suradnju trenera i ostalih članova stručnog tima u postizanju stupnjevito razvoja djece sportaša.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen	Predavanja i seminari		



prema satnici nastave	1. Tjelesni, senzomotorički, kognitivni i emocionalni razvoj djece uključene u sportske aktivnosti (1P+1S) 2. Biotička motorička znanja kao temelj rada sa djecom u plesu (2P+2S) 3. Senzitivne faze razvoja motoričkih i funkcionalnih sposobnosti djece predškolske i rane školske dobi (1P+1S) 4. Senzitivne faze razvoja motoričkih i funkcionalnih sposobnosti djece predpubertetske i pubertetske dobi (1P+1S) 5. Senzitivne faze razvoja motoričkih i funkcionalnih sposobnosti djece u adolescenciji (1P+1S) 6. Primijenjena istraživanja o razvojnim obilježjima i senzitivnim fazama u treningu djece sportaša (1P+1S) 7. Darovitost djece za sport, prepoznavanje sportskih talenata (2P+2S) 8. Dijagnostički postupci u selekciji potencijalnih sportaša u plesu (2P+2S) 9. Čimbenici rada s djecom u sportu (obitelj, škola, društvena zajednica i sportski klub) (1P+1S) 10. Specifičnost izbora sadržaja i doziranja opterećenja u treningu djece u plesu (2P+2S) 11. Specifičnost metoda vježbanja i poučavanja djece u plesu (2P+2S) 12. Sustavi natjecanja djece u plesu (1P+1S) 13. Periodizacija dugoročne sportske pripreme djece sportaša: dobne kategorije (1P+1S) 14. Primjena znanja o senzitivnim fazama u kreiranju plana i programa sportske pripreme djece, kadeta i juniora (1P+1S) 15. Dugoročno (perspektivno) planiranje i programiranje treninga u etapama dugoročne sportske pripreme u plesu. Transfer znanja o biološkim determinantama i metodičkim principima treninga djece u plesu. (2P+2S) 16. Sportske škole: dugoročna sportska izobrazba djece u školskom i klupskom sustavu (2P+2S) 17. Vrednovanje i ocjenjivanje učinaka treninga u pojedinim etapama dugoročne sportske pripreme (2P+2S) 18. Etička pitanja treninga djece sportaša (potencijalni izvori zlostavljanja) (1P+1S) 19. Zdravstvena zaštita djece sportaša (suradnja trenera, školskog liječnika, liječnika specijalista sportske medicine, psihologa i školskog pedagoga) (2P+2S) 20. Analiza razvoja karijera najuspješnijih sportaša u plesu (2P+2S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	16,5%	0,5	Seminarski rad	16,5%	1,5
	Pismeni ispit	25%	2,5	usmeni ispit	42%	3
				ukupno		6 ECTS
obvezna literatura	Vlašić, J., Oreb, G., Zeković, Z. (2004). Examples of the elementary games in work with preschoolers at dance school. In: Pišot, R., Štamberger, V., Zorc, J., Obid, A. (ur.) Abstracts and Proceedings 3. International Symposium „A child in motion”, Kranjska gora, Slovenija, 30.09. – 02.10. 2004., Koper: Univesity of Primorska, 178. Oreb, G. (1984). Relacije između primarnih motoričkih sposobnosti i efikasnosti izvođenja plesnih struktura kod selekcioniranog uzorka ispitanika. (Magistarski rad). Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu. Oreb, G. (1992). Relativna efikasnost utjecaja plesa na motoričke sposobnosti studentica. (Doktorska disertacija). Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.					
dopunska literatura	1. Gjud, A., Kroflič, B.,Vovk-Pezdir, A. (1984). Plesna vzgoja predšolskih otrok – Malčki. Ljubljana: Založba univerzum.					



	2. Gjud, A., Kroflič, B., Vovk-Pezdir, A. (1984). Plesna vzgoja predšolskih otrok – 3. Ljubljana: Založba univerzum. 3. Gjud, A., Kroflič, B., Vovk-Pezdir, A. (1984). Plesna vzgoja predšolskih otrok – 4. Ljubljana: Založba univerzum. 4. Maletić, A. (1983). Pokret i ples. Kulturnoprosvjetni sabor Hrvatske, Zagreb.
način praćenja kvalitete	Parcijalno provjeravanje usvojenosti nastavnog gradiva. Istraživački rad tijekom trajanja studija. Anonimna studentska anketa.



STRUČNO-TRENERSKA PRAKSA U PLESU II (147665)

Nositelj predmeta		izv.prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	
Kancelarija		168	
Konzultacije		utorkom od 12.30 do 13.30 sati i prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		jadranka.vlasic@kif.hr	
Telefon		+38513658769	
studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij	status predmeta	Specijalistički
semestar	II.	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja			
način izvođenja nastave	45 V	očekivani broj studenata na predmetu	1 I
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je stjecanje znanja o najnovijim tehnologijama praktičnog rada u području izabrane sportske specijalnosti.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju provoditi praktičan rad utemeljen na specijalističkoj izobrazbi za stjecanje stručnog naziva stručni specijalist trenerske struke – izabrani sport.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će samostalno provoditi dijagnostičke postupke za određivanje stanja pripremljenosti sportaša te realizirati praktičnim radom plan i program trenažnog procesa na svim razinama stupnjevito razvoja sportaša u različitim dobnim kategorijama. Posebni ishodi učenja na razini predmeta su: • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu morfoloških, funkcionalnih i motoričkih karakteristika sportaša. • Organizirati, provoditi i kontrolirati dijagnostičke postupke za procjenu razine tehničko taktičkih znanja sportaša. • Organizirati i provoditi planirani i programirani trenažni proces u različitim vremenskim ciklusima. • Organizirati i provoditi plan i program treninga djece i mladih sportaša u pojedinim fazama dugoročne sportske pripreme. • Organizirati, provoditi i kontrolirati plan i program treninga djece i mladih sportaša u pojedinim dijelovima godišnjeg ciklusa treninga. • Izraditi strateški plan i program razvoja sporta na lokalnoj, regionalnoj i globalnoj razini.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Programski sadržaji stručno trenerske prakse realizirati će se kroz tri karakteristične faze: U prvoj fazi studenti će pratiti, registrirati i analizirati stručni rad istaknutih trenera, u drugoj fazi studenti će asistirati odnosno pomagati u provedbi trenažnog rada mentora i istaknutih trenera. U trećoj fazi studenti će samostalno organizirati i provoditi pojedine sadržaje stručno trenerske prakse. Popis programskih sadržaja stručno trenerske prakse s pripadajućom satnicom: • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa prilagođenih uvjetima u kojim se trenažni proces provodi. (6V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za razvoj kvantitativnih kondicijskih sposobnosti. (6V)		



	• Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za razvoj kvalitativnih kondicijskih sposobnosti. (6V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za razvoj aerobnih funkcionalnih kondicijskih sposobnosti. (6V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za razvoj anaerobnih funkcionalnih kondicijskih sposobnosti. (6V) • Praktično provođenje kondicijskih programa preventijskog, razvojnog i održavajućeg karaktera. (5V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za učenje i usavršavanje tehničkih elemenata izabranog sporta. (5V) • Praktično provođenje naprednih tehnologija trenažnog procesa za učenje i usavršavanje taktičkih elemenata izabranog sporta. (5V)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci.					
praćenje rada studenata	Praktični rad		60%	Seminarski rad	20%	
				usmeni ispit	20%	
				ukupno		5 ECTS
	Ocjenjivanje i vrednovanje planova i programa treninga te provedbe trenažnog procesa na terenu od strane ekspertnog tima.					
obvezna literatura	LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM SPORTSIM SPECIJALNOSTIMA (literatura je navedena u okviru predmeta pojedine sportske specijalnosti).					
dopunska literatura	DOPUNSKA LITERATURA JE PRILAGOĐENA POJEDINIM SPORTSKIM SPECIJALNOSTIMA (literatura je navedena u okviru predmeta pojedine sportske specijalnosti).					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



RASPORED ISPITNIH ROKOVA u ak. god. 2025./2026.

Ispitni rokovi uneseni su i objavljeni u Studomatu te su dostupni studentima nakon što se ulogiraju s AAI identitetom u sustav studomata. Također, ispitni rokovi dostupni su i kroz fakultetske mrežne stranice također nakon logiranja AAI identitetom. Na dijelu mrežene stranice koji se odnosi na pojedini predmet prikazan je popis ispitnih rokova.



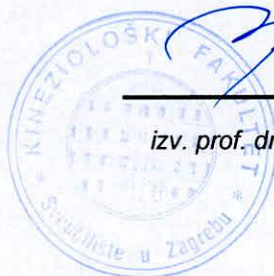
Ovaj Izvedbeni plan stručnog prijediplomskog studija *Izobrazba trenera* za akademsku godinu 2025./2026. vrijedi do 29. rujna 2026.

Klasa: *G02-03/25-01/006*

Urbroj: *251-75-01-25-01*

Zagreb, *20.11.2025*

Dekan



izv. prof. dr. sc. Tomislav Rupčić