

**Fakultet za sport i fizičko vaspitanje / Fizička kultura i zdravi stilovi života (2017), modul Zdravi stilovi života / ODBOJKA - TEHNIKA I METODIKA**

<b>Naziv predmeta:</b>	ODBOJKA - TEHNIKA I METODIKA			
<b>Šifra predmeta</b>	<b>Status predmeta</b>	<b>Semestar</b>	<b>Broj ECTS kredita</b>	<b>Fond časova (P+V+L)</b>
3733	Obavezan	5	4	3+1+0
<b>Studijski programi za koje se organizuje</b>	Fizička kultura i zdravi stilovi života (2017), modul Zdravi stilovi života			
<b>Uslovljenost drugim predmetima</b>	nema			
<b>Ciljevi izučavanja predmeta</b>	Kroz ovaj predmet studenti treba, na osnovu savremenih naučnih, teorijskih i praktičnih saznanja, da se upoznaju sa elementima odbojkaške tehnike i metodičkim postupcima u odbojci.			
<b>Ishodi učenja</b>	<p>Nakon što student položi ovaj ispit, biće u mogućnosti da: 1.Poznaje teorijske osnove strukturalne analize odbojke u procesu napada(prijem servisa, dizanje i smeč) i odbrane-kontranapada (servis, blok, odbrana polja,dizanje i smeč u procesu kontranapada) 2.Objasni- analizira i praktično realizuje – demonstrira osnovne odbojkaške tehnike (stavovi i kretanja, odbijanje lopte prstima i podlacticama, servis, smeč i blok). 3.Samostalno kreira i unapređuje metode učenja prilagođene uzrastu vježbača, uslovima i ambijentu rada. 4.Organizuje nastavni – trenažni odbojkaški metodičko-tehnički proces u okviru redovne nastave fizičkog vaspitanja, škole odbojke i odbojkaškog kluba. 5.Poznaje i primjenjuje pravila odbojkaške igre.</p>			
<b>Ime i prezime nastavnika i saradnika</b>	doc.dr Danilo Bojanic			
<b>Metod nastave i savladanja gradiva</b>	Teorijska i praktična predavanja, vježbe, kolokvijumi, konsultacije i završni ispit.			
<b>Plan i program rada</b>				
Pripreme nedjelje	Priprema i upis semestra			
I nedjelja, pred.	Nastanak i razvoj odbojke; Tehnika i metodika kretanja bez lopte; Odbojkaški stavovi			
I nedjelja, vježbe				
II nedjelja, pred.	Pravila odbojkaške igre; Tehnika i metodika odbijanja – dodavanja lopte prstima			
II nedjelja, vježbe				
III nedjelja, pred.	Strukturalna analiza odbojke; klasifikacija elemenata tehnike			
III nedjelja, vježbe				
IV nedjelja, pred.	Prirodna i laboratorijska selekcija; Tehnika i metodika odbijanja – dodavanja lopte podlacticama			
IV nedjelja, vježbe				
V nedjelja, pred.	Tehnika i metodika donjeg bočnog i tenis servisa.			
V nedjelja, vježbe				
VI nedjelja, pred.	Tehnika i metodika bloka.			
VI nedjelja, vježbe				
VII nedjelja, pred.	I kolokvijum			
VII nedjelja, vježbe				
VIII nedjelja, pred.	Tehnika i metodika lelujavog servisa; Tehnika i metodika dodavanja lopte u padu – povaljke			
VIII nedjelja, vježbe				
IX nedjelja, pred.	Tehnika i metodika odbijanja – dodavanja lopte u prizemnim položajima – sun, upijač, svrdlo sun, bočni sun.			
IX nedjelja, vježbe				
X nedjelja, pred.	Tehnika i metodika smeča			
X nedjelja, vježbe				
XI nedjelja, pred.	Tehnika i metodika smeč servisa			
XI nedjelja, vježbe				
XII nedjelja, pred.	Tehnika i metodika prijema servisa; Tehnika i metodika dizanja lopte			

XII nedjelja, vježbe						
XIII nedjelja, pred.	Škola odbojke - osnovne karakteristike programa škole odbojke					
XIII nedjelja, vježbe						
XIV nedjelja, pred.	II kolokvijum					
XIV nedjelja, vježbe						
XV nedjelja, pred.	Osnovne karakteristike programa odbojke u osnovnim i srednjim školama					
XV nedjelja, vježbe						
<b>Opterećenje studenta</b>	Nastava i završni ispit: 6,40 sati x 16 = 106 sati i 40 minuta Neophodne pripreme prije početka semestra (administracija, upis, ovjera) 2 x (6 sati i 40 minuta) = 13 sati i 20 minuta Ukupno opterećenje za predmet 5x30 = 150 sati Dopunski rad za pripremu ispita u popravnom ispitnom roku, uključujući i polaganje popravnog ispita od 0 do 30 sati (preostalo vrijeme od prve dvije stavke do ukupnog opterećenja za predmet) Struktura opterećenja: 106,40 sati (nastava) + 13,20 sati (priprema) + 30 sati (dopunski rad)					
<b>Nedjeljno</b>	<b>U toku semestra</b>					
<b>4 kredita x 40/30=5 sati i 20 minuta</b> 3 sat(a) teorijskog predavanja 0 sat(a) praktičnog predavanja 1 vježbi <b>1 sat(a) i 20 minuta</b> samostalnog rada, uključujući i konsultacije	Nastava i završni ispit: <b>5 sati i 20 minuta x 16 =85 sati i 20 minuta</b> Neophodna priprema prije početka semestra (administracija, upis, ovjera): <b>5 sati i 20 minuta x 2 =10 sati i 40 minuta</b> Ukupno opterećenje za predmet: <b>4 x 30=120 sati</b> Dopunski rad za pripremu ispita u popravnom ispitnom roku, uključujući i polaganje popravnog ispita od 0 do 30 sati (preostalo vrijeme od prve dvije stavke do ukupnog opterećenja za predmet) <b>24 sati i 0 minuta</b> Struktura opterećenja: <b>85 sati i 20 minuta (nastava), 10 sati i 40 minuta (priprema), 24 sati i 0 minuta (dopunski rad)</b>					
<b>Obaveze studenta u toku nastave</b>	Nedjeljno: 5 kredita x 40/30 = 6 sati i 40 minuta Struktura opterećenja: 2 sata predavanja 1 sat praktičnog predavanja 1 sat vježbi 2 sata i 20 minuta samostalnog rada uključujući i konsultacije					
<b>Konsultacije</b>	Ponedjeljak u 12 časova					
<b>Literatura</b>	Tomić, D. Nemeć, P.: Odbojka u teoriji i praksi, Beograd, 2002 Janković, V. Marelić, N.: Odbojka za sve, Zagreb, 2003 Stojanović, T., Kostić, R., Nešić, G.: Odbojka, Banja Luka, 2005					
<b>Oblici provjere znanja i ocjenjivanje</b>	Pohađanje nastave i vježbi, polaganje kolokvijuma i završnog ispita					
<b>Posebne naznake za predmet</b>	nema					
<b>Napomena</b>	Prelazna ocjena se dobija ako se kumulativno skupi najmanje 51 poen					
<b>Ocjena:</b>	F	E	D	C	B	A
<b>Broj poena</b>	manje od 50 poena	više ili jednako 50 poena i manje od 60 poena	više ili jednako 60 poena i manje od 70 poena	više ili jednako 70 poena i manje od 80 poena	više ili jednako 80 poena i manje od 90 poena	više ili jednako 90 poena