


Универзитет у Нишу Медицински факултет	Студијски програм: ОСНОВНЕ СТРУКОВНЕ СТУДИЈЕ СТРУКОВНА МЕДИЦИНСКА СЕСТРА/ТЕХНИЧАР	
Назив предмета: Физичко васпитање		
Руководилац предмета: Проф. др Мирсад Нуркић		
Статус предмета:	Факултативни	
Семестар : Први, други	Година студија: Прва	
Број ЕСПБ: 0	Шифра предмета: СМС-112	
Циљ предмета:		
Одржање и подизање психофизичких способности студената.		
Исход предмета: (знања, вештине, ставови)		
Стицање боље психофизичке кондиције и постизање бољих резултата током студирања.		
Број часова активне наставе: 0		
Предавања: 0	Практична настава: 60	
Стручна пракса-самостални рад : 0		
Садржај предмета		
<u>Теоријска настава:</u>		
<u>Практична настава:</u>		
Кошарка, ритмичко-спортска гимнастика, одбојка, пливање, стони тенис. Сваки од спортова је заступљен са 60 часова практичне наставе у једном семестру. Студент се опредељује за један од понуђених спортова.		
Активна настава:		
Практична настава		Број часова:
Кошарка		
1.	Побољшање физичке кондиције	3
2.	Техника игре: додавање и хватање лопте, вођење, дриблинг, пивотирање, шут на кош, полагање, леви и десни двокорак, скок шут.	3
3.	Тактика игре: основни елементи одбране, постављање и чување играча, одбрана против једног, двојице и тројице, човек на човека, зонска одбрана	3
4.	Игра у нападу, контранапад, напад против зонске одбране, напад са изменама места	3
5.	Играна два коша, правила игре и суђење	3
Одбојка		
6.	Побољшање физичке кондиције	3
7.	Кретање у одбојкашком ставу, одбијање лопте, пријем лопте, "чекић"	3
8.	Сервис, начини сервирања	3
9.	Смечирање и блокирање	3
10.	Одбрана у пољу, прихватање лопте одбијене од мреже	1
11.	Основни ситеми игре, распоред и кретање играча	1
12.	Суђење, игра са применом правила	1
Пливање		
13.	Побољшање физичке кондиције	3
14.	Краул, леђни краул, делфин, прсно - одржавање на вод, вежбе за рад руку и ногу	3
15.	Вежбе дисања, окрети, врсте и начини извођења	3
16.	Усавршавање научене технике	2
17.	Стартни скок, штафетно пливање	2
18.	Правила и организација пливачких такмичења, такмичење	2
Ритмичко спортска гимнастика		
19.	Специфична физичка припрема	3
20.	Ходање и трчање и ритмичко спортској гимнастици	3
21.	Плесни кораци, корак галопа, полкин корак и стилизовани корак	3
22.	Вежбе за руке, труп и ноге	2
23.	Поскоци и скокови, издржаји и окрети	1

24.	Индивидуални састави, самостална кореографија	1
25.	Аеробик	1
26.	Народна кола, друштвени плесови, џез балет	1
	Укупно	60
Препоручена литература:		
1. Родић Н. Методика спортских активности. Учитељски факултет. Сомбор, 1999. 2. Милановић Н. Приручник за спортске тренере. Факултет физичке културе. Загреб, 1997. 3. Крсмановић Б, Берковић Л. Теорија и методика физичког васпитања. Факултет физичке културе. Нови Сад, 1999.		
Методe извођења наставе:		
<ul style="list-style-type: none"> ▪ практична настава 		
Предмети које је студент обавезан да положи као услов за излазак на завршни испит:		
Нема услова		
Оцена знања: (максимални број поена 100)		
Предиспитне обавезе*		
Завршни испит*		