

VETERINARSKI FAKULTET
SVEUČILIŠTE U ZAGREBU

Heinzelova 55

Tel. 01/

Katedra za tjelesnu i zdravstvenu kulturu

E-mail: scuic@vef.hr

Ur. br: 61-01-001-2/18/16-1.

Zagreb, 31. kolovoza 2018.

IZVEDBENI PLAN

Naziv predmeta: **Tjelesna i zdravstvena kultura, I. semestar,**

ak. god. 2018./19.

Voditelj predmeta: Saša Čuić, prof., viši predavač

Nastavnici na predmetu: Saša Čuić, prof., viši predavač

Suradnici na predmetu:

Datum početka nastave: 01.10.2018.

Datum završetka nastave: 25.1.2019.

Termini održavanja PREDAVANJA u akademskoj godini 2018./2019.

Predavanja				
Datum	Tematska jedinica	Nastavnik	Mjesto i vrijeme održavanja	Literatura / priprema

Termini održavanja SEMINARA u akademskoj godini 2018./2019.

Seminari					
Datum	Tematska jedinica	Nastavnik	Skupina	Mjesto i vrijeme održavanja	Literatura / priprema

Termini održavanja VJEŽBI u akademskoj godini 2018./2019.

Vježbe						
Datum	Tematska jedinica	Voditelj	Oblik vježbi (čl. 34 Pravilnika o integriran om studiju)	Skupina	Mjesto i vrijeme održavanja	Literatura / priprema
Ponedjeljak, 1.10.2018.	Plivanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Plivalište Mladost 19-20	
Utorak, 2.10.2018.	Aerobika	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta 17-18,30	
Srijeda, 3.10.2018.	Joga	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta 16-17,30	
Četvrtak 4.10.2018.	Košarka, odbojka nogomet	Saša Čuić, prof., viši predavač			Sportska dvorana Ekonomskog fakulteta, 16-17,30	
Petak, 5.10.2018.	Jahanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Hipodrom 17-18,30	
Utorak, 9.10.2018.	Aerobika	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta 17-18,30	
Srijeda, 10.10.2018.	Joga	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta 16-17,30	
Četvrtak 11.10.2018.	Košarka, odbojka nogomet	Saša Čuić, prof., viši predavač			Sportska dvorana Ekonomskog fakulteta, 16-17,30	
Petak, 12.10.2018.	Jahanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Hipodrom 17-18,30	
Ponedjeljak, 15.10.2018.	Plivanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Plivalište Mladost 19-20	
Utorak,	Aerobika	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta	

16.10.2018.					17-18,30	
Srijeda, 17.10.2018.	Joga	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta 16-17,30	
Četvrtak 18.10.2018.	Košarka, odbojka nogomet	Saša Čuić, prof., viši predavač			Sportska dvorana Ekonomskog fakulteta, 16-17,30	
Petak, 19.10.2018.	Jahanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Hipodrom 17-18,30	
Ponedjeljak, 22.10.2018.	Plivanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Plivalište Mladost 19-20	
Utorak, 23.10.2018.	Aerobika	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta 17-18,30	
Srijeda, 24.10.2018.	Joga	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta 16-17,30	
Četvrtak 25.10.2018.	Košarka, odbojka nogomet	Saša Čuić, prof., viši predavač			Sportska dvorana Ekonomskog fakulteta, 16-17,30	
Petak, 26.10.2018.	Jahanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Hipodrom 17-18,30	
Ponedjeljak, 29.10.2018.	Plivanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Plivalište Mladost 19-20	
Utorak 30.10.2018.	Aerobika	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta 17-18,30	
Srijeda 31.10.2018.	Yoga	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta 16-17,30	
Ponedjeljak, 5.11.2018.	Plivanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Plivalište Mladost 19-20	
Utorak, 6.11.2018.	Aerobika	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta 17-18,30	
Srijeda, 7.11.2018.	Joga	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta 16-17,30	
Srijeda, 7.11.2018.	Klizanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Klizište Šalata 18-19,30	
Četvrtak	Košarka, odbojka	Saša Čuić, prof., viši predavač			Sportska dvorana Ekonomskog	

8.11.2018.	nogomet				fakulteta, 16-17,30	
Petak, 9.11.2018.	Jahanje				Hipodrom 17-18,30	
Ponedjeljak, 12.11.2018.	Plivanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Plivalište Mladost 19-20	
Utorak, 13.11.2018.	Aerobika	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta 17-18,30	
Srijeda, 14.11.2018.	Joga	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta 16-17,30	
Srijeda, 14.11.2018.	Klizanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Klizalište Šalata 18-19,30	
Četvrtak 15.11.2018.	Košarka, odbojka nogomet	Saša Čuić, prof., viši predavač			Sportska dvorana Ekonomskog fakulteta, 16-17,30	
Petak, 16.11.2018.	Jahanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Hipodrom 17-18,30	
Ponedjeljak, 19.11.2018.	Plivanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Plivalište Mladost 19-20	
Utorak, 20.11.2018.	Aerobika	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta 17-18,30	
Srijeda, 21.11.2018.	Joga	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta 16-17,30	
Srijeda, 21.11.2018.	Klizanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Klizalište Šalata 18-19,30	
Četvrtak 22.11.2018.	Košarka, odbojka nogomet	Saša Čuić, prof., viši predavač			Sportska dvorana Ekonomskog fakulteta, 16-17,30	
Petak, 23.11.2018.	Jahanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Hipodrom 17-18,30	
Ponedjeljak, 26.11.2018.	Plivanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Plivalište Mladost 19-20	
Utorak, 27.11.2018.	Aerobika	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta 17-18,30	

Srijeda, 28.11.2018.	Joga	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta 16-17,30	
Srijeda, 28.11.2018.	Klizanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Klizalište Šalata 18-19,30	
Četvrtak 29.11.2018.	Košarka, odbojka nogomet	Saša Čuić, prof., viši predavač			Sportska dvorana Ekonomskog fakulteta, 16-17,30	
Petak, 30.11.2018.	Jahanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Hipodrom 17-18,30	
Ponedjeljak, 3.12.2018.	Plivanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Plivalište Mladost 19-20	
Utorak, 4.12.2018.	Aerobika	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta 17-18,30	
Srijeda, 5.12.2018.	Joga	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta 16-17,30	
Srijeda, 5.12.2018.	Klizanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Klizalište Šalata 18-19,30	
Četvrtak 6.12.2018.	Košarka, odbojka nogomet	Saša Čuić, prof., viši predavač			Sportska dvorana Ekonomskog fakulteta, 16-17,30	
Petak, 7.12.2018.	Jahanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Hipodrom 17-18,30	
Ponedjeljak, 10.12.2018.	Plivanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Plivalište Mladost 19-20	
Utorak, 11.12.2018.	Aerobika	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta 17-18,30	
Srijeda, 12.12.2018.	Joga	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta 16-17,30	
Srijeda, 12.12.2018.	Klizanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Klizalište Šalata 18-19,30	
Četvrtak 13.12.2018.	Košarka, odbojka nogomet	Saša Čuić, prof., viši predavač			Sportska dvorana Ekonomskog fakulteta, 16-17,30	
Petak, 14.12.2018.	Jahanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Hipodrom 17-18,30	

Ponedjeljak, 17.12.2018.	Plivanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Plivalište Mladost 19-20	
Utorak, 18.12.2018.	Aerobika	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta 17-18,30	
Srijeda, 19.12.2018.	Joga	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta 16-17,30	
Srijeda, 19.12.2018.	Klizanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Klizalište Šalata 18-19,30	
Četvrtak, 20.12.2018.	Košarka, odbojka nogomet	Saša Čuić, prof., viši predavač			Sportska dvorana Ekonomskog fakulteta, 16-17,30	
Petak, 21.12.2018.	Jahanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Hipodrom 17-18,30	
Ponedjeljak, 7.1.2019.	Plivanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Plivalište Mladost 19-20	
Utorak, 8.1.2019.	Aerobika	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta 17-18,30	
Srijeda, 9.1.2019.	Joga	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta 16-17,30	
Srijeda, 9.1.2019.	Klizanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Klizalište Šalata 18-19,30	
Četvrtak 10.1.2019.	Košarka, odbojka nogomet	Saša Čuić, prof., viši predavač			Sportska dvorana Ekonomskog fakulteta, 16-17,30	
Petak, 11.1.2019.	Jahanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Hipodrom 17-18,30	
Ponedjeljak, 14.1.2019.	Plivanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Plivalište Mladost 19-20	
Utorak, 15.1.2019.	Aerobika	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta 17-18,30	
Srijeda, 16.1.2019.	Joga	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta 16-17,30	
Srijeda, 16.1.2019.	Klizanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Klizalište Šalata 18-19,30	

Četvrtak 17.1.2019.	Košarka, odbojka nogomet	Saša Čuić, prof., viši predavač			Sportska dvorana Ekonomskog fakulteta, 16-17,30	
Petak, 18.1.2019.	Jahanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Hipodrom 17-18,30	
Ponedjeljak, 21.1.2019.	Plivanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Plivalište Mladost 19-20	
Utorak, 22.1.2019.	Aerobika	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta 17-18,30	
Srijeda, 23.1.2019.	Joga	Saša Čuić, prof., viši predavač			Stud. prostorije Vet. fakulteta 16-17,30	
Srijeda, 23.1.2019.	Klizanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Klizalište Šalata 18-19,30	
Četvrtak 24.1.2019.	Košarka, odbojka nogomet	Saša Čuić, prof., viši predavač			Sportska dvorana Ekonomskog fakulteta, 16-17,30	
Petak, 25.1.2019.	Jahanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Hipodrom 17-18,30	

KONTINUIRANA PROVJERA ZNANJA

Prisutnost na predavanjima	-
Prisutnost na seminarima	-
Prisutnost na vježbama	Ostvarenjem min. 80% od ukupne nastave u semestru, student stječe pravo na potpis profesora.
Aktivnost na seminarima / vježbama	Početno znanje studenata provjerava se temeljem interesa za pojedini sadržaj, a anketiranjem studenata prati se kvaliteta rada izvođača nastave.
Završni ispit	Polaganja ispita iz kolegija nema.
Uvjeti za dobivanje potpisa	Sukladno članku 45, stavak 3 i 4 Pravilnika o integriranom preddiplomskom i diplomskom studiju student može opravdano izostati s nastave pojedinog predmeta do 50 posto fonda sati predavanja, 30 posto fonda sati seminara i 30 posto fonda sati vježbi odnosno stručno-kliničkog rada. Svaka ustrojbeno jedinica za svoje matične predmete određuje način kontrole pohađanja nastave, pri čemu se na početku semestra mora u apsolutnim brojevima utvrditi maksimum opravdanih izostanaka i način nadoknade.

--	--

NAČIN PROVJERE ZNANJA

Kolokvij	-
Ispitni rokovi (datumi)	-
Oblik završnog ispita	Polaganja ispita iz kolegija nema.

LITERATURA

Obavezna literatura	Literatura nije obvezatna. Preporuka: Heimer, S. (2003) Promicanje zdravstveno-preventivne tjelesne aktivnosti u RH. Sport za sve, 21 (35), 3-4. Mišigoj-Duraković, M., Z. Duraković, S. Xiukun, L. Petrinović (2003). Tjelesno vježbanje u prevenciji kroničnih nezaraznih bolesti. Sport za sve, 21 (33-34), 25-28. Bartoluci, M., D. Omrčen (2003). Promotion as an element of marketing mix in sport and sport tourism: The Croatian experience. Kinesiology, 35(1), 72-84.
Dopunska literatura	Ovisno o interesnom području studenta: ODBOJKA: Janković, V., N. Marelić (2003) Odbojka za sve. Zagreb, Autorska naklada Službena pravila odbojke (2010). Hrvatski odbojkaški savez, Zagreb. Marelić, N., V. Janković (1996). Odbojkaške tehnike. Zadar, Cesar press.

	PLIVANJE: Volčanšek, B. (1996). Sportsko plivanje (Udžbenik). Fakultet za fizičku kulturu, Zagreb. Fina – pravila plivanja (2002). Zbor sudaca Hrvatskog plivačkog saveza, Zagreb. Volčanšek, B. (2002). Bit plivanja (Udžbenik). Kineziološki fakultet, Zagreb. Szabo, I. (2000). Metodičke vježbe usavršavanja tehnika plivanja (diplomski rad). Fakultet za fizičku kulturu, Zagreb.
--	--

CILJEVI I ISHODI UČENJA

Cilj predmeta	Cilj tjelesne i zdravstvene kulture u visokom obrazovanju (1) učenje novih konvencionalnih motoričkih znanja, (2) usavršavanje temeljnih teorijskih i praktičnih kinezioloških znanja, (3) utvrđivanje interesa, antropoloških obilježja i motoričke informiranosti, (4) sprečavanje procesa deterioracije ili preranog pada osobina, sposobnosti i motoričkih znanja uslijed nedostatne tjelesne aktivnosti, (5) promicanje sportske kulture i (6) unapređenje socijalne komunikacije. Saznanja o strukturi, pravilima, trenažnom procesu, specifičnostima odabrane kineziološke aktivnosti: plivanje, košarka, nogomet, odbojka, rukomet, plesovi, aerobika, badminton, klizanje, skijanje, squash, sportovi na vodi (jedrenje, veslanje), jahanje.
Ishodi učenja	Mogućnost promjene morfoloških obilježja, te motoričkih i funkcionalnih sposobnosti; osposobljavanje studenata za samostalno tjelesno vježbanje; zakonitosti zdravstvene kulture; kvalitetna prehrana. - učenje novih konvencionalnih motoričkih znanja, - usavršavanje temeljnih, teorijskih i praktičnih kinezioloških znanja, - utvrđivanje interesa antropoloških obilježja i motoričke informiranosti, - promicanje sportske kulture

ZAKLJUČIVANJE OCJENE

<i>Bodovi</i>	<i>Ocjena</i>
do 59	1 (F)
60-68	2 (E)

69-76	2 (D)
77-84	3 (C)
85-92	4 (B)
93-100	5 (A)

Voditelj predmeta:

Predstojnik zavoda / klinike:

Napomena: Voditelj predmeta dužan je dostaviti Izvedbeni plan svim nastavnicima i suradnicima na predmetu.

Kolegij:

**SUSTAV OCJENJIVANJA STUDENATA PREMA PREDMETIMA SADRŽANIMA OD
PREDAVANJA, SEMINARA I VJEŽBI**

Vrste aktivnosti	Najmanji broj bodova	Najveći broj bodova
Prisutnost na predavanjima	3	6
Prisutnost na seminarima	4	6
Prisutnost na vježbama	4	6
Aktivnost na seminarima / vježbama	5	10
Kontinuirane provjere znanja	20	32
Završni ispit	24	40
UKUPNO	60	100

**SUSTAV OCJENJIVANJA STUDENATA PREMA PREDMETIMA SADRŽANIMA OD PREDAVANJA
I VJEŽBI**

Vrste aktivnosti	Najmanji broj bodova	Najveći broj bodova
Prisutnost na predavanjima	3	6
Prisutnost na vježbama	8	12
Aktivnost na vježbama	5	10
Kontinuirane provjere znanja	20	32
Završni ispit	24	40
UKUPNO	60	100

**SUSTAV OCJENJIVANJA STUDENATA PREMA PREDMETIMA SADRŽANIMA OD SEMINARA I
VJEŽBI**

Vrste aktivnosti	Najmanji broj bodova	Najveći broj bodova
Prisutnost na seminarima / vježbama	11	18
Aktivnost na seminarima / vježbama	5	10
Kontinuirane provjere znanja	20	32
Završni ispit	24	40
UKUPNO	60	100