

2021./2022.

TJELESNA I ZDRAVSTVENA KULTURA III. SEMESTAR

VETERINARSKI FAKULTET
SVEUČILIŠTE U ZAGREBU

Heinzelova 55

Tel. 01/2390-133

Katedra za tjelesnu i zdravstvenu kulturu

E-mail: scuic@vef.hr

Ur. br:

Zagreb, 03.rujna 2021.



129623	REPUBLIKA HRVATSKA		
Veterinarski fakultet u Zagrebu			
Primljeno:	06.09.2021		
Klasifikacijska oznaka	Org. jed.		
602-04/21-22/35	251-61-41;		
Urudžbeni broj	Prilozi	Vrijednos	
251-61-31-21-16	0	-	

IZVEDBENI PLAN

Naziv predmeta: Tjelesna i zdravstvena kultura, III. semestar,
ak. god. 2021./2022.

Voditelj predmeta: Saša Čuić, prof., viši predavač

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

Suradnici na predmetu:

Datum početka nastave: 14.10.2021.

Datum završetka nastave: 22.01.2022.

Termini održavanja PREDAVANJA u akademskoj godini 2021./2022.

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

Termini održavanja SEMINARA u akademskoj godini 2021./2022.

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

Termini održavanja VJEŽBI u akademskoj godini 2021./2022.

Vježbe						
Datum	Tematska jedinica	Voditelj	Oblik vježbi (čl. 34 Pravilnika o integriranom studiju)	Skupina	Mjesto i vrijeme održavanja	Literatura / priprema
Četvrtak 14.10.2021.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić, prof., viši predavač			Jarun 17,30 sati	
Petak 015.10.2021.	Jahanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Hipodrom 17,00 sati	
Subota 16.10.2021.	Pješačka tura Sljeme	Saša Čuić, prof., viši predavač			Sljeme 9,00 sati	
Ponedjeljak 18.10.2021.	Plivanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Plivalište Mladost 19,00 sati	
Utorak 19.10.2021.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić, prof., viši predavač			Jarun 14,00 sati	
Srijeda 20.10.2021.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić, prof., viši predavač			Jarun 8,00 sati	
Četvrtak 21.10.2021.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić, prof., viši predavač			Jarun 17,30 sati	
Petak 22.10.2021.	Jahanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Hipodrom 17,00 sati	
Subota 23.10.2021.	Pješačka tura Sljeme	Saša Čuić, prof., viši predavač			Sljeme 9,00 sati	
Ponedjeljak 25.10.2021.	Plivanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Plivalište Mladost 19,00 sati	
Utorak 26.10.2021.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić, prof., viši predavač			Jarun 14,00 sati	
Srijeda 27.10.2021.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić, prof., viši predavač			Jarun 8,00 sati	
Četvrtak	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić, prof., viši			Jarun	

28.10.2021.		predavač			17,30 sati	
Petak 29.10.2021.	Jahanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Hipodrom 17,00 sati	
Subota 30.10.2021.	Pješačka tura Sljeme	Saša Čuić, prof., viši predavač			Sljeme 9,00 sati	
Utorak 02.11.2021.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić, prof., viši predavač			Jarun 14,00 sati	
Srijeda 03.11.2021.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić, prof., viši predavač			Jarun 8,00 sati	
Četvrtak 04.11.2021.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić, prof., viši predavač			Jarun 17,30 sati	
Petak 05.11.2021.	Jahanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Hipodrom 17,00 sati	
Subota 06.11.2021.	Pješačka tura Sljeme	Saša Čuić, prof., viši predavač			Sljeme 9,00 sati	
Ponedjeljak 08.11.2021.	Plivanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Plivalište Mladost 19,00 sati	
Utorak 09.11.2021.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić, prof., viši predavač			Jarun 14,00 sati	
Srijeda 10.11.2021.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić, prof., viši predavač			Jarun 8,00 sati	
Četvrtak 11.11.2021.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić, prof., viši predavač			Jarun 17,30 sati	
Petak 12.11.2021.	Jahanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Hipodrom 17,00 sati	
Subota 13.11.2021.	Pješačka tura Sljeme	Saša Čuić, prof., viši predavač			Sljeme 9,00 sati	
Ponedjeljak 15.11.2021.	Plivanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Plivalište Mladost 19,00 sati	
Utorak 16.11.2021.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić, prof., viši predavač			Jarun 14,00 sati	
Srijeda 17.11.2021.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić, prof., viši predavač			Jarun 8,00 sati	
Petak	Jahanje	Saša Čuić, prof., viši			Hipodrom	

19.11.2021.		predavač			17,00 sati	
Subota 20.11.2021.	Pješačka tura Sljeme	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Sljeme 9,00 sati	
Ponedjeljak 22.11.2021.	Plivanje	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Plivalište Mladost 19,00 sati	
Utorak 23.11.2021.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Jarun 14,00 sati	
Srijeda 24.11.2021.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Jarun 8,00 sati	
Četvrtak 25.11.2021.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Jarun 17,30 sati	
Petak 26.11.2021.	Jahanje	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Hipodrom 17,00 sati	
Subota 27.11.2021.	Pješačka tura Sljeme	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Sljeme 9,00 sati	
Ponedjeljak 29.11.2021.	Plivanje	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Plivalište Mladost 19,00 sati	
Utorak 30.11.2021.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Jarun 14,00 sati	
Srijeda 01.12.2021.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Jarun 8,00 sati	
Četvrtak 02.12.2021.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Jarun 17,30 sati	
Petak 03.12.2021.	Jahanje	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Hipodrom 17,00 sati	
Subota 04.12.2021.	Pješačka tura Sljeme	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Sljeme 9,00 sati	
Ponedjeljak 06.12.2021.	Plivanje	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Plivalište Mladost 19,00 sati	
Utorak 07.12.2021.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Jarun 14,00 sati	
Srijeda 08.12.2021.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Jarun 8,00 sati	
Četvrtak	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić,prof.,viši			Jarun	

09.12.2021.		predavač			17,30 sati	
Petak 10.12.2021.	Jahanje	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Hipodrom 17,00 sati	
Subota 11.12.2021.	Pješačka tura Sljeme	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Sljeme 9,00 sati	
Ponedjeljak 13.12.2021.	Plivanje	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Plivalište Mladost 19,00 sati	
Utorak 14.12.2021.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Jarun 14,00 sati	
Srijeda 15.12.2021.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Jarun 8,00 sati	
Četvrtak 16.12.2021.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Jarun 17,30 sati	
Petak 17.12.2021.	Jahanje	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Hipodrom 17,00 sati	
Subota 18.12.2021.	Pješačka tura Sljeme	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Sljeme 9,00 sati	
Ponedjeljak 20.12.2021.	Plivanje	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Plivalište Mladost 19,00 sati	
Utorak 21.12.2021.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Jarun 14,00 sati	
Srijeda 22.12.2021.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Jarun 8,00 sati	
Četvrtak 23.12.2021.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Jarun 17,30 sati	
Ponedjeljak 10.01.2022.	Plivanje	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Plivalište Mladost 19,00 sati	
Utorak 11.01.2022.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Jarun 14,00 sati	
Srijeda 12.01.2022.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Jarun 8,00 sati	
Četvrtak 13.01.2022.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić,prof.,viši predavač			Jarun 17,30 sati	
Petak	Jahanje	Saša Čuić,prof.,viši			Hipodrom	

14.01.2022.		predavač			17,00 sati	
Subota 15.01.2022.	Pješačka tura Sljeme	Saša Čuić, prof., viši predavač			Sljeme 9,00 sati	
Ponedjeljak 17.01.2022.	Plivanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Plivalište Mladost 19,00 sati	
Utorak 18.01.2022.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić, prof., viši predavač			Jarun 14,00 sati	
Srijeda 19.01.2022.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić, prof., viši predavač			Jarun 8,00 sati	
Četvrtak 20.01.2022.	Pješačka tura Jarun	Saša Čuić, prof., viši predavač			Jarun 17,30 sati	
Petak 21.01.2022.	Jahanje	Saša Čuić, prof., viši predavač			Hipodrom 17,00 sati	
Subota 22.01.2022.	Pješačka tura Sljeme	Saša Čuić, prof., viši predavač			Sljeme 9,00 sati	

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 studenta 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 ustrojbeni 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). Metodичke 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

Voditelj predmeta:

Saša Čuić

Predstojnik zavoda / klinike:

Saša Čuić

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