



Šifra predmeta: PEF RAN 421		Naziv predmeta: Metodika nastave tjelesne kulture IV	
Ciklus: I ciklus	Godina: IV (četvrta)	Semestar: VIII (osmi)	Broj ECTS kredita: 1+2
Status: Obavezni		Ukupan broj sati: 45 Opciono razraditi distribuciju sati po tipu: Ukupan broj sati: 45 sedmično: 3 semestralno: 45 predavanja: 1 predavanja: 15 metodička praksa: 2 metodička praksa: 30	
Učesnici u nastavi:	Nastavnici i saradnici izabrani na oblast kojoj predmet pripada/predmet		
Preduslov za upis:	Položen ispit iz kolegija Metodika nastave tjelesne kulture III		
Cilj (ciljevi) predmeta:	Cilj predmeta Metodike nastave tjelesne kulture IV je, uz podizanje svijesti o važnosti primjene svakodnevne tjelesne aktivnosti i očuvanje već stečenih i primjena usvojenih motoričkih znanja i vještina u svrhu utjecaja na antropološki status učenika, te unaprjeđenje zdravlja i radne sposobnosti, kao i zadovoljenje potrebe za kretanjem. Usvojiti optimum kompetencija za izradu kurikuluma tjelesne kulture učenika u razrednoj nastavi.		
Tematske jedinice:	Predavanja: <ul style="list-style-type: none">• Inicijalno testiranje, mjerenje i evaluacija u nastavi tjelesne kulture.• Osobnosti tjelesnog razvoja učenika razredne nastave.• Pojam pravilnog držanja tijela, tjelesni deformiteti i primjena korektivno-gimnastičkih vježbi, povrede u sportu.• Poteškoće u izvođenju nastave tjelesne kulture, kao i načini ublažavanja ili otklanjanja tih poteškoća u radu.• Organiziranje nastave tjelesne kulture za djecu tipičnog razvoja.• Organiziranje nastave tjelesne kulture prema posebnom programu za djecu netipičnog razvoja i prilagođavanje sadržaja stanju i osobinama učenika.• Pripremanje učitelja za sat tjelesne kulture.• Kineziološki transformacijski proces (planiranje, programiranje, organiziranje, izvođenje, praćenje i kontrola i evaluacija nastave tjelesne kulture u razrednoj nastavi), kao i evaluacija metodičke prakse.• Analiza sadržaja predviđenih NPP-om za izvođenje nastave tjelesne kulture u razrednoj nastavi.• Sistem tjelesne kulture u školi – oblici rada: sat tjelesnog odgoja, sportska takmičenja, vannastavne i vanškolske aktivnosti, sportsko-rekreativne aktivnosti, dopunska nastava za tjelesno zaostalu djecu, domaći zadaci za razvijanje motoričke spremnosti, jačanje oslabljenih mišića tijela i ublažavanje tjelesnih		

	<p>deformiteta.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Primjena kinezioloških sadržaja na satu tjelesne kulture, kao i općeprilaznih vježbi za jačanje muskulature cijelog tijela, opterećenje učenika na satu tjelesne kulture. • Oblici organiziranja nastave tjelesne kulture. • Pravilna ishrana školske djece i utvrđivanje stepena uhranjenosti, higijensko-zdravstveni aspekti tjelesne kulture. • Razvoj kurikulumu tjelesne kulture učenika u razrednoj nastavi. • Finalno testiranje, mjerenje i evaluacija u nastavi tjelesne kulture. <p>Metodička praksa: Student će obavezno realizovati samostalnu profesionalnu (metodičku) praksu u trajanju od 2 sedmice u toku semestra. Za te dvije sedmice ispunjavaju dnevnik metodičke prakse, koji predaju kao jednu od obaveznih zadataka. Metodičko osposobljavanje studenata za samostalno realiziranje nastavnih časova iz tjelesne kulture u radu sa učenicima razredne nastave. Nakon završenih svih zadataka student je obavezan praktično realizirati sat tjelesne kulture (probni čas) samostalno ili pred predmetnim profesorom/saradnikom, prije same realizacije ispitnog časa.</p>
<p>Ishodi učenja:</p>	<p>Očekuje se da će studenti/ce nakon odslušanog i položenog predmeta moći:</p> <ul style="list-style-type: none"> • napisati pripremu za sat tjelesne kulture; • samostalno organizirati i realizirati sat tjelesne kulture za učenike razredne nastave, tj. učenike od I do V razreda osnovne škole; • realizovati bilo koji vid nastave tjelesne kulture; • uspješno prepoznati određene poteškoće u izvođenju nastave tjelesne kulture i osmisliti način rada u cilju ublažavanja ili rješavanja uočenih poteškoća; • primjenjivati metodičke principe za kvalitetno osmišljavanje sata tjelesne kulture, primjenjujući sve naučene sadržaje; • provjeriti, vrednovati i ocijeniti učenike na satu tjelesne kulture; • izvršiti inicijalna, tranzitivna i finalna mjerenja sa učenicima razredne nastave; • prepoznati učenike s teškoćama u razvoju i tjelesnim oštećenjima i prilagoditi kineziološke sadržaje njihovim individualnim mogućnostima i sposobnostima; • primijeniti sve naučene kineziološke sadržaje u praksi; • prenijeti svoja teorijska znanja o pravilnom, svestranom i cjelokupnom razvoju učenika razredne nastave; • utvrditi stepen uhranjenosti kod učenika razredne nastave i objasniti koji je to način pravilne ishrane; • preispitivati, vrednovati i proširivati svoja znanja i istraživačke kompetencije.
<p>Cilj održivog razvoja (SDG):</p>	<ul style="list-style-type: none"> • COR3 – Zdravlje i blagostanje – Promoviranjem zdravog načina života i dobrobiti svih ljudi, svih životnih dobi, kroz primjenu raznih sadržaja iz Metodike nastave tjelesne kulture IV smanjiti

	<p>štetnu upotrebu alkohola, opojnih droga, upotrebu lijekova... Smanjiti broj smrtnosti koje nastaju od raznih bolesti promoviranjem zdravog načina života kroz primjenu raznih sportskih sadržaja.</p> <ul style="list-style-type: none"> • COR4 – Kvalitetno obrazovanje - Osigurati inkluzivno i ravnopravno kvalitetno obrazovanje za svu djecu bez obzira na spol i teškoću u razvoju i promovirati mogućnost cjeloživotnog učenja o zdravim životnim stilovima. • COR5 – Rodna ravnopravnost - Postići rodnu ravnopravnost i osnažiti sve žene i djevojčice. Okončati sve oblike diskriminacije. • COR8 – Dostojanstven rad i ekonomski rast - Promovirati uključiv i održiv ekonomski rast, zaposlenost i dostojanstven rad za sve. Promovirati kreativnost i inovativnost u radu. Dostojanstven rad za sve žene i muškarce, što obuhvata i mlade ljude i osobe s invaliditetom, kao i istu plaću za rad jednake vrijednosti.
<p>Metode izvođenja nastave:</p>	<p>Metode rada koje će se koristiti u realizaciji programskih sadržaja iz predmeta Metodika nastave tjelesne kulture IV su sljedeće: Metode prikazivanja motoričkog zadatka/nastavne metode Metode učenja Metode uvježbavanja Metode sigurnosti Metode nadzora Boravak i praktični rad u školi.</p> <p>Upućivanje studenata na samostalno proučavanje literature, saradničko učenje, e-učenje, traženje primjera iz vježbi.</p> <p>Uspješnost u realizaciji programskih sadržaja iz predmeta Metodika nastave tjelesne kulture IV će zavistiti od primjene metoda rada. Transformacija dimenzija antropološkog statusa svakog pojedinog studenta ovisi i o uspješnosti korištenja načina rada u realizaciji propisanih programskih sadržaja. Koja će se od ovih metoda rada koristiti u realizaciji programskih sadržaja iz predmeta Metodika nastave tjelesne kuture IV i kada zavistit će od samih sadržaja i njihove primjene na svakom času.</p>
<p>Metode provjere znanja sa strukturom ocjene:</p>	<p>Ocjena će biti formirana iz ocjena teorijskog dijela ispita (pismeno i usmeno) i praktične realizacije sata tjelesne kulture. Student je dužan da realizira metodičku praksu, koja je također obavezna.</p> <p>Praćenje rada i provjere znanja vrše se tokom realizacije nastavnog programa.</p> <p>I parcijalna provjera znanja – 7. sedmica – teorijski II parcijalna provjera znanja – 14. sedmica – teorijski Završni ispit će se obavljati u toku posljednje sedmice nastave ili u prvoj sedmici nakon završene nastave.</p> <p>Praktični rad studenata: Realizovanje probnog časa pred predmetnim profesorom/saradnikom i realizovanje ispitnog časa u školi.</p>

	<p>Struktura ocjene i bodovni kriterij (postotak u odnosu na ukupan broj bodova):</p> <p>Parcijalni testovi za provjeru znanja (7. sedmica) I kolokvij – 15%</p> <p>Parcijalni testovi za provjeru znanja (14. sedmica) II kolokvij – 15%</p> <p>Završni ispit – teorija 30%</p> <p>Obrana pismene pripreme/ispitnog časa (usmeno) pred predmetnim profesorom – 10%</p> <p>Pismeni dio pripreme – 10%</p> <p>Ispitni čas (realizovanje časa) pred predmetnim profesorom:</p> <p>Uvodni dio časa</p> <p>Pripremi dio časa Maksimalno: 50%</p> <p>Glavni dio časa (metodička praksa)</p> <p>Završni dio časa</p> <p>Napomena: Studenti koji polože I i II parcijalni test iz teorijskog dijela ispita ne moraju izlaziti na završni na kraju semestra ukoliko su ostavili dovoljan broj bodova za prolaz, a zadovoljni su postignutim rezultatima.</p> <p>Ispit se ocjenjuje prema slijedećem kriteriju:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ocjena 10 ili A – Izuzetan u postizanju ishoda učenja bez grešaka ili sa neznatnim greškama (između 95 – 100 procenata). • Ocjena 9 ili B – Uspjeh iznad prosjeka u postizanju ishoda učenja, sa ponekom greškom (između 85 – 94 procenata). • Ocjena 8 ili C – Prosječan u postizanju ishoda učenja ali sa primjetnim greškama (između 75 – 84 bodova). • Ocjena 7 ili D - Općenito dobar u postizanju ishoda učenja, ali sa značajnim nedostacima (65 – 74 procenata). • Ocjena 6 ili E - Zadovoljava minimalne uslove u postizanju ishoda učenja (između 55 – 64 procenata). • Ocjena 5 ili F – ne zadovoljava minimalne uslove, manje od 55 procenata.
<p>Literatura:</p>	<p>Obavezna:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Nikšić, E. Mahmutović, I., Rašidagić, F., Mujčić, A. (2015). <i>Igre sa loptom u funkciji razvoja djeteta</i>. Pedagoški fakultet Univerziteta u Sarajevu, Sarajevo. 2. Nikšić, E. Rašidagić, F., Beganović, E. (2019). <i>Posturalni poremećaji kod učenika razredne nastave i njihova prevencija i korekcija</i>. Pedagoški fakultet Univerziteta u Sarajevu, Sarajevo. 3. Bešović, M. (2011). <i>Kineziološka metodika u edukaciji (I) i (II) dio</i>, Bosanska riječ, Sarajevo. <p>Dopunska:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Findak, V. (2001). <i>Metodika tjelesne i zdravstvene kulture</i>. Priručnik za nastavnike tjelesne i zdravstvene kulture. Školska knjiga, Zagreb. 2. Hadžikadunić, M., Mađarević, M. (2004). <i>Metodika nastave tjelesnog odgoja sa osnovama fiziologije tjelesnog vježbanja</i>.

Pedagoški fakultet Univerziteta u Zenici, Zenica.

3. Hmjelovjec, I. (1999). *Sportska gimnastika*. Fakultet za sport Univerziteta u Sarajevu, Sarajevo.
4. Kazazović, E. (2013). *Testiranje, mjerenje i evaluacija u tjelesnom odgoju i sportu*. Fakultet sporta i tjelesnog odgoja Univerziteta u Sarajevu, Sarajevo.
5. Najšteter, Đ. (1997). *Kineziološka didaktika*. Univerzitetska knjiga, Sarajevo.
6. Neljak, B. (2013). *Kineziološka metodika u osnovnom i srednjem školstvu. Priručnik*, Gopal d.o.o., Zagreb.
7. Smailović, N. (1998). *Atletika*. Atletski savez Bosne i Hercegovine, Sarajevo.
8. Šebić, L. (2016). *Ritmička gimnastika u potrazi za savršenstvom pokreta*, Fakultet sporta i tjelesnog odgoja, Sarajevo.
9. Tabaković, M., Atiković, A., Turković, S. (2014). *Vježbe oblikovanja sa osnovnom primjenom u gimnastici*. Fakultet sporta i tjelesnog odgoja Univerziteta u Sarajevu, Sarajevo.
10. Taljić, I. (2019). *Ishrana školske djece i adolescenata*. Centar za interdisciplinarnu studije Univerziteta u Sarajevu, Sarajevo.