

OPĆE INFORMACIJE			
Naziv predmeta	Tjelesna i zdravstvena kultura I.		
Studijski program	Upravni studij		
Status predmeta (O/I)	O		
Semestar	Ljetni		
Bodovna vrijednost i način izvođenja nastave	ECTS koeficijent opterećenja studenata	0	
	Broj sati nastave (P+V+S)	30 V	
	Vrijeme i mjesto izvođenja nastave	prema rasporedu – VEVU	
	Jezik na kojemu se izvodi kolegij	Hrvatski	
Nositelj predmeta	Kabinet	Vrijeme konzultacija	e-mail
Marko Kunac, mag.cin.pred	214	Nakon vježbi	marko.kunac@vevu.hr
Suradnici na predmetu	Kabinet	Vrijeme konzultacija	e-mail
-	-	-	-
OPIS PREDMETA			
Ciljevi predmeta			
<p>Studenti će moći organizirati svoje biološke i psihosocijalne potrebe za kretanjem čime se uvećavaju njihovi adaptivni i stvaralački potencijali, transformiraju antropološke karakteristike osobito motoričke, morfološke i funkcionalne.</p> <p>Studenti će usvojiti temeljna teorijska i praktična znanja kojim se oni osposobljavaju za samostalno programiranje i provođenje procesa tjelesnog vježbanja.</p>			
Uvjeti za upis predmeta			
Nema uvjeta za upis predmeta.			
Očekivani ishodi učenja za predmet			
<p>Nakon uspješno završenog kolegija studenti će moći:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Dizajnirati trening za sebe i druge 2. Osmisliti plan i program tjelesne aktivnosti 3. Voditi tjelesnu aktivnosti drugih osoba 4. Samo vrednovati provedeni trening pojedinaca i sebe 			
Sadržaj predmeta			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Uvodno predavanje 2. Košarka 3. Nogomet 4. Rukomet 5. Odbojka 6. Stolni tenis 7. Atletika 8. Badminton 9. Tenis 10. Stolni tenis 11. Vježbe snage 			

12. Vježbe istezanja					
Vrste izvođenja nastave	x	vježbe			
Način vrednovanja i ocjenjivanja					
Oblici praćenja i provjeravanja		usmeno		pismeno	usmeno i pismeno
Elementi praćenja i provjeravanja	opterećenje u ECTS		udio (%) u ocjeni		
Pohađanje nastave	-		100 %		
Završni ispit (pismeni i/ili usmeni)	-		-		
Ukupno	-		100 %		
Način oblikovanja konačne ocjene					
<p>Studenti ostvaruju pravo na potpis ukoliko ispunjavaju uvjet nazočnosti najmanje 70% nastavnih sati). Ukoliko student ne ispuni taj uvjet obavezan je napisati seminarski rad na zadanu temu, a ukoliko ne ispuni niti jedan od zadanih uvjeta ne ostvaruje pravo na potpis. Studenti reprezentativci u sportskoj udruzi Veleučilišta SUSVEVU ostvaruju pravo na potpis samim sudjelovanjem na natjecanjima.</p>					
Ostale informacije relevantne za praćenje rada studenata, vrednovanje i ocjenjivanje					
-					
Obvezna literatura					
<ol style="list-style-type: none"> Anderson, B.; Burke, E.; Perl. B. (1997.): Fitness za sve, Zagreb, Copal. Milanović, D. i sur. Priručnik za sportske trenere, FFK,) 					
Dopunska literatura					
<ol style="list-style-type: none"> Anderson, B. (2001.): Streching, Gopal, Zagreb. Milanović, D. i sur. (1996): Fitness, FFK Zagreb. Tićak, K. (1997): Oblikovanje tijela za žene, Astroida, Zagreb. Vukić, Ž.; Vukić,Ž.; Jančić, S. (1999): Priručnik za samostalno ciljano vježbanje studenata, Ekonomski fakultet, Osijek 					
Načini praćenja kvalitete					
Izvedba predmeta prati se putem anonimne studentske ankete (vrednovanje kvalitete održane nastave).					