



Tablica 2. Opis predmeta

1. OPĆE INFORMACIJE			
1.1. Studijski program (preddiplomski, diplomski, integrirani)	Prediplomski i diplomski studij	1.6. Način izvođenja nastave (V 15 sati)	V 30 sati
1.2. Godina studija		1.7. Očekivani broj studenata na predmetu	20
1.3. Naziv predmeta	Terapijsko plivanje za studente oštećena zdravlja	1.8. Nositelj predmeta	Mr.sc.Dajana Jašić
1.4. Bodovna vrijednost (ECTS)	1ECTS	1.9. Suradnici	
1.5. Status predmeta	Izborni predmet		
2. OPIS PREDMETA			
2.1. Ciljevi predmeta	Usvajanje novih i usavršavanje već usvojenih motoričkih znanja i vještina u svrhu unapređenja zdravlja, individualno prilagođenih zahtjevima s obzirom na vrstu i stupanj oštećenja zdravlja studenata; zadovoljenje potrebe za kretanjem, te osposobljavanje studenata za racionalno i sadržajno korištenje i provođenje slobodnog vremena. Sudjelovanjem u rekreativnoj aktivnosti, osoba oštećena zdravlja razvija svijest o vlastitim pravima, uz posljedično povećanje samopouzdanja i većih ovlasti u razvijanju svojih osobnih i društvenih potencijala.		
2.2. Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet	Ustavom Republike Hrvatske utvrđena je obveza države da potiče skrb o sportu, a programom javnih potreba u sportu iskazuje opredjeljenje u ovoj značajnoj društvenoj djelatnosti.		
2.3. Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Stjecanje kompetencija za izvođenje nastave: klasifikacija kinezioloških aktivnosti pogodnih za razvoj pojedinih antropoloških karakteristika, individualno prilagođenih zahtjevima s obzirom na vrstu i stupanj oštećenja zdravlja studenata.		
2.4. Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja)	<ul style="list-style-type: none">• primjena teorijskih i praktičnih znanja iz opće kineziologije• prepoznavanje učinaka tjelesnog vježbanja na antropološki status pojedinca• usvajanje osnovnih pojmova i stručnih termina u kineziološkoj znanosti• ilustriranje osnovnih kinezioloških zakonitosti s teoretskog i praktičnog aspekta• osposobljavanje studenata za samostalno vježbanje u svrhu očuvanja i unapređivanja zdravlja• promicanje sportske kulture i prijenos temeljnih teorijskih i praktičnih kinezioloških i motoričkih znanja• razvoj i širenje sporta i rekreacije među osobama oštećena zdravlja• poticanje vrhunskog sportskog stvaralaštva i stvaranje uvjeta za postizanje vrhunskih sportskih dometa,		



	<ul style="list-style-type: none">• promicanje odgojnih funkcija sporta, poštene igre, razumijevanja, tolerancije i odgovornosti kroz bavljenje sportom,• upotreba postignutih informacija za kompenzaciju intelektualnim i psihičkim opterećenjima u vrijeme studija i kasnije tijekom svakodnevnog života• upotreba postignutih znanja za očuvanje primjerene tjelesne kondicije u svim životnim razdobljima• predstavljanje sportaša s invaliditetom iz grada Zadra na nacionalnoj i međunarodnoj razini.																				
2.5. Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<table border="1"><tr><td data-bbox="645 571 734 676">1</td><td data-bbox="734 571 1787 676">Uvođenje u nastavni plan i program; inicijalno provjeravanje; upoznavanje s grupom studenata, specifičnostima oštećenja zdravlja i psihofizičkim zahtjevima plivanja, te razvoj povjerenja</td></tr><tr><td data-bbox="645 676 734 782">2</td><td data-bbox="734 676 1787 782">Mentalna i fizička prilagodba na vodu, opuštanje, kontrola disanja, kontrola ravnoteže i pokreta u vodi koji prethode podučavanju propulzije</td></tr><tr><td data-bbox="645 782 734 849">3</td><td data-bbox="734 782 1787 849">Hodanje bazenom uz držanje daske u rukama</td></tr><tr><td data-bbox="645 849 734 916">4</td><td data-bbox="734 849 1787 916">Primjena elemenata u svrhu kontrole disanja, pravilan ritam udisaj – izdisaj</td></tr><tr><td data-bbox="645 916 734 1021">5</td><td data-bbox="734 916 1787 1021">Plutanje na prsima uz mijenjanje pozicije iz horizontalnog položaja u vertikalni i natrag; sprječavanje rotacija i zadržavanje stabilnog položaja</td></tr><tr><td data-bbox="645 1021 734 1168">6</td><td data-bbox="734 1021 1787 1168">Uz duboki uzdah uranjanje s ispruženim rukama te odgurivanje nogama od zida; ispruženim tijelom klizanje uz pomoć početne inercije; student ne radi nikakve pokrete s ciljem kretanja, samo održava ležeći položaj na leđima kako bi spriječio prevrtanje</td></tr><tr><td data-bbox="645 1168 734 1235">7</td><td data-bbox="734 1168 1787 1235">Rad nogu, rad ruku, vježbe u koordinaciji</td></tr><tr><td data-bbox="645 1235 734 1302">8</td><td data-bbox="734 1235 1787 1302">Utvrđivanje osnovnih tehničkih elemenata pojedinog plivačkog stila</td></tr><tr><td data-bbox="645 1302 734 1369">9</td><td data-bbox="734 1302 1787 1369">Usvajanje pravila slobodnog stila plivanja</td></tr><tr><td data-bbox="645 1369 734 1436">10</td><td data-bbox="734 1369 1787 1436">Usvajanje pravila leđnog stila plivanja</td></tr></table>	1	Uvođenje u nastavni plan i program; inicijalno provjeravanje; upoznavanje s grupom studenata, specifičnostima oštećenja zdravlja i psihofizičkim zahtjevima plivanja, te razvoj povjerenja	2	Mentalna i fizička prilagodba na vodu, opuštanje, kontrola disanja, kontrola ravnoteže i pokreta u vodi koji prethode podučavanju propulzije	3	Hodanje bazenom uz držanje daske u rukama	4	Primjena elemenata u svrhu kontrole disanja, pravilan ritam udisaj – izdisaj	5	Plutanje na prsima uz mijenjanje pozicije iz horizontalnog položaja u vertikalni i natrag; sprječavanje rotacija i zadržavanje stabilnog položaja	6	Uz duboki uzdah uranjanje s ispruženim rukama te odgurivanje nogama od zida; ispruženim tijelom klizanje uz pomoć početne inercije; student ne radi nikakve pokrete s ciljem kretanja, samo održava ležeći položaj na leđima kako bi spriječio prevrtanje	7	Rad nogu, rad ruku, vježbe u koordinaciji	8	Utvrđivanje osnovnih tehničkih elemenata pojedinog plivačkog stila	9	Usvajanje pravila slobodnog stila plivanja	10	Usvajanje pravila leđnog stila plivanja
1	Uvođenje u nastavni plan i program; inicijalno provjeravanje; upoznavanje s grupom studenata, specifičnostima oštećenja zdravlja i psihofizičkim zahtjevima plivanja, te razvoj povjerenja																				
2	Mentalna i fizička prilagodba na vodu, opuštanje, kontrola disanja, kontrola ravnoteže i pokreta u vodi koji prethode podučavanju propulzije																				
3	Hodanje bazenom uz držanje daske u rukama																				
4	Primjena elemenata u svrhu kontrole disanja, pravilan ritam udisaj – izdisaj																				
5	Plutanje na prsima uz mijenjanje pozicije iz horizontalnog položaja u vertikalni i natrag; sprječavanje rotacija i zadržavanje stabilnog položaja																				
6	Uz duboki uzdah uranjanje s ispruženim rukama te odgurivanje nogama od zida; ispruženim tijelom klizanje uz pomoć početne inercije; student ne radi nikakve pokrete s ciljem kretanja, samo održava ležeći položaj na leđima kako bi spriječio prevrtanje																				
7	Rad nogu, rad ruku, vježbe u koordinaciji																				
8	Utvrđivanje osnovnih tehničkih elemenata pojedinog plivačkog stila																				
9	Usvajanje pravila slobodnog stila plivanja																				
10	Usvajanje pravila leđnog stila plivanja																				



SVEUČILIŠTE U ZADRU
ELABORAT O STUDIJSKOM PROGRAMU

Obrazac 1. Vrijednovanje sveučilišnih studijskih programa preddiplomskih, diplomskih i integriranih preddiplomskih i diplomskih studija te stručnih studija

	11	Usvajanje pravila leptir stila plivanja			
	12	Usvajanje pravila prnog stila plivanja			
	13	Uvježbavanje novih elemenata pojedinog plivačkog stila			
	14	Unaprjeđivanje elemenata pojedinog plivačkog stila			
	15	Finalno provjeravanje			
2.6. Vrste izvođenja nastave:	<input type="checkbox"/> predavanja <input type="checkbox"/> seminari i radionice <input checked="" type="checkbox"/> vježbe <input type="checkbox"/> <i>on line</i> u cijelosti <input type="checkbox"/> mješovito e-učenje <input type="checkbox"/> terenska nastava		<input type="checkbox"/> samostalni zadaci <input type="checkbox"/> multimedija i mreža <input type="checkbox"/> laboratorij <input type="checkbox"/> mentorski rad <input type="checkbox"/> (ostalo upisati)		2.7. Komentari:
					Plivanje je kao specifična kineziološka aktivnost izuzetno važna u osoba oštećena zdravlja, (od različitih oblika deformacija lokomotornog aparata do invaliditeta) jer prevenira ili umanjuje simptome oštećenja, pomaže u očuvanju funkcionalne sposobnosti te podržava samostalan način života.
2.8. Obveze studenata	Redovito sudjelovanje na nastavi - studenti su dužni redovito aktivno sudjelovati na nastavi				
2.9. Raspodjela ECTS bodova prema studijskim obvezama (upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):	Pohađanje nastave		Praktični rad	1	Kolokvij
	Priprema za predavanje		Referat		Pismeni ispit
	Domaće zadaće		Seminarski rad		Usmeni ispit
	Istraživanje		Esej		(Ostalo upisati)
	Eksperimentalni rad		Projekt		(Ostalo upisati)
2.10. Ocjenjivanje i vrijednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu	Redovitost pohađanja nastave i aktivnosti na satu.				



	Naslov	Broj primjeraka u knjižnici	Dostupnost putem ostalih medija
2.11. Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija)	1. Grčić-Zubčević, N., Marinović, V. (2009). 300 igara u vodi za djecu predškolske dobi. Zagreb: Biblioteka nauči plivati.		
	2. Lulić Drenjak, J., Marijančić, V., Vlahović, H. (2011). Rekreacija u plivačkom klubu osoba s invaliditetom. Osijek: KIF.		
	3. Sherrill, C. (1998). Adapted Physical Activity, Recreation and Sport. Boston: WCB/McGraw-Hill.		
2.12. Dopunska literatura (u trenutku prijave prijedloga studijskoga programa)	1. http://www.deaflympics.com/sports . 5. www.halliwick.org 6. http://www.paralympic.org/swimming/about		
2.13. Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje izlaznih kompetencija	Redovito sudjelovanje na nastavi		
2.14. Ostalo (prema mišljenju predlagatelja)			