

Studijski program		Vrsta studija (ciklus)	Dodiplomski studijski program (prvi ciklus)					
		Naziv studijskog programa	Hemija – opšti/nastavnički smjer/kontrola kvaliteta i zaštita okoliša					
PREDMET								
Naziv predmeta		TJELESNI ODGOJ I						
Šifra predmeta	Semestar	Status predmeta	ECTS bodovi	Kontakt sati				
H00128	Drugi (II)	OBVEZNI	2	45				
Obavezni prethodno položeni predmeti								
Nastavnici i saradnici	Nosilac predmeta	Prof. dr. Nermin Nurković						
	Učesnici u nastavi	Mr.Delalić Sabahudin - stručnjak iz prakse						
Ciljevi predmeta	Cilj modula „Tjelesni odgoj – aktivnosti u prirodi“, je da se putem nastavnih sadržaja izgrađuju i oblikuju svestrano razvijene ličnosti. Taj proces se ostvaruje morfološkim, biomotoričkim, funkcionalnim i društvenim usavršavanjem studentske populacije. Cilj modula je takođe i usavršavanje i razvijanje kardiovaskularnog, respiratornog, mišićnog, nervnog i ostalih organskih sistema čovjeka, posebno funkcionalnih sposobnosti: snage, brzine, izdržljivosti, ravnoteže, spretnosti i okretnosti.							
Sadržaj predmeta								
Nastavna jedinica			Kontakt sati					
			P	V	S	K		
Vještine u prirodi (fizička aktivnost). Organizacija sadržajnih aktivnosti u prirodi. Sadržajno elementarne igre u prirodi Brdski biciklizam Pohodi (sa osvajanjem određenih kota) Sportske igre sa loptom (nogomet,odbojka, kosarka, badminton) Prva pomoć (na otvorenom, planinama). Jednodnevni izleti (sa sadržajem). Atletika (trčanje na određenim dionicama,kratke i duge staze) Specifičnost vježbi (u prirodi). Plivanje (na otvorenom). Ishrana i hidratacija u prirodi Orjentacija u prirodi Osnove metereologije Osnove sportskog penjanja								
Ukupno			15	30				
OPTEREĆENJE STUDENTA (sati)								
Kontakt sati		Praktični rad	30	Seminari		Priprema ispita	10	
Literatura – čitanje		Pisani radovi		Samostalan rad	5	UKUPNO	45	
LITERATURA			PROVJERA ZNANJA I OCJENJIVANJE					
Obavezna literatura			Kriterij		Poeni	Uslov		
1. Nurković, N.; I. Hmjelovec,E. Kazazović (2006). Boravak u prirodi. Nastavnički fakultet Mostar.			1. Pohađanje nastave		5	3		
2. Kazazović, E.; A. Čaplar, (2010). Planinarstvo. Fakultet sporta i tjelesnog odgoja Sarajevo.			2. Angažman na nastavi		10	5		
3. Nurković, N. (2010) .Plivanje Mostar.			3. Test I i II		45	27		
4. Nurković, N.; (2011). Skijanje. Univerzitet u Sarajevu			4. Završni ispit		40	20		
5. Rašidagić, F.: Elementarne igre u nastavi sporta i tjelesnog odgoja, Sarajevo 2012, Prirodno-matematički fakultet u Sarajevu, Interna skripta. Dopunska literatura 1.Rašidagić,F: Manić, G. Mahmutović,I.; Metodika tjelesnog odgoja i sportaUniverzitet u Sarajevu 2016			U k u p n o		100	55		
			Napomene:					

--	--