

MEĐIMURSKO VELEUČILIŠTE U ČAKOVCU



POLYTECHNIC OF MEĐIMURJE IN ČAKOVEC

SYLLABUS KOLEGIJA

AKADEMSKA GODINA: 2021./2022.

1. OPĆE INFORMACIJE O KOLEGIJU

1.1. Naziv kolegija	Osnove kineziologije			
1.2. Studijski program/i	Preddiplomski stručni studij Menadžment turizma i sporta			
1.3. Status kolegija (O, I)	obavezni	1.6. Način izvođenja nastave (broj sati)	Predavanja	30
1.4. Šifra kolegija			Vježbe	15
1.5. Kratica kolegija	OSNKIN		Seminar	
1.6. Semestar	VI		E-učenje	
1.7. Bodovna vrijednost (ECTS)	4	1.7. Mjesto i vrijeme održavanja nastave	Prostorije Međimorskog veleučilišta u Čakovcu, sportski park, prema rasporedu objavljenom na Internet stranicama	

2. NASTAVNO OSOBLJE

2.1. Nositelj/i-zvanje	Tomislav Hublin, v.pred.	kontakt	thublin@mev.hr
		kontakt	
2.2. Asistent/i-zvanje		kontakt	
		kontakt	
2.3. Izvođač/i-zvanje		kontakt	
		kontakt	

3. OPIS KOLEGIJA

3.1. Ciljevi kolegija	Student će nakon odslušanog kolegija steći znanja o postupcima upravljanja sustavom u kineziološkim aktivnostima.								
3.2. Uvjeti za upis i polaganje kolegija	Nema preduvjeta								
3.3. Ishodi učenja	<p>Studenti će nakon uspješno savladanog kolegija moći:</p> <p>I1 – Objasniti interdisciplinarnost i samo svojstvo kinezioloških znanosti</p> <p>I2 – Izmjeriti i analizirati antropološka obilježja</p> <p>I3 – Analizirati i objasniti promjene antropometrijskih obilježja</p> <p>I4 – Analizirati i objasniti promjene motoričkih sposobnosti</p> <p>I5 – Utvrditi i interpretirati promjene motoričkih znanja</p> <p>I6 – Utvrditi i interpretirati promjene zdravlja pod utjecajem programa vježbanja</p>								
3.4. Sadržaj kolegija	Kolegijem se sadržaje vezane uz kineziologiju kao znanost, antropološka obilježja i utjecaj tjelesnog vježbanja na antropološka obilježja te utjecaj vježbanja na zdravlje								
3.5. Vrste izvođenja nastave	x	Predavanja	x	Vježbe		Mješovito e-učenje	x	Samostalni zadaci	Laboratorij
		Seminari i radionice		Obrazovanje na daljinu		Terenska nastava		Multimedija i mreža	Mentorski rad
		Ostalo:							
3.6. Jezik izvođenja	Hrvatski								
	1,50	Pohađanje nastave				Seminarski rad			Esej

3.7. Praćenje rada studenata (upisati broj ECTS bodova za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti kolegija, 1 ECTS = 30 sati)		Aktivnost na nastavi		Projekt		Referat																														
	2,00	Kolokviji	0,50	Praktični rad		Kontinuirana provjera znanja																														
		Pisani ispit		Eksperimentalni rad																																
		Usmeni ispit		Istraživanje																																
3.8. Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Specifikacija aktivnosti</th> <th>Postotak %</th> <th>Bodovi</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td colspan="3" style="text-align: center;">Vrednovanje tijekom nastave</td> </tr> <tr> <td>Prisutnost na nastavi</td> <td>5%</td> <td>5</td> </tr> <tr> <td>Aktivnost na nastavi</td> <td>5%</td> <td>5</td> </tr> <tr> <td>Seminarski rad/ projekt/ esej</td> <td>30%</td> <td>30</td> </tr> <tr> <td>Kolokvij 1</td> <td>30%</td> <td>30</td> </tr> <tr> <td>Kolokvij 2</td> <td>30%</td> <td>30</td> </tr> <tr> <td colspan="3" style="text-align: center;"><i>Vrednovanje rada na ispitu za studente koji nisu kolokvirali</i></td> </tr> <tr> <td><i>Pismeni ispit</i></td> <td><i>60%</i></td> <td><i>60</i></td> </tr> <tr> <td>Ukupno:</td> <td>100%</td> <td>100</td> </tr> </tbody> </table>						Specifikacija aktivnosti	Postotak %	Bodovi	Vrednovanje tijekom nastave			Prisutnost na nastavi	5%	5	Aktivnost na nastavi	5%	5	Seminarski rad/ projekt/ esej	30%	30	Kolokvij 1	30%	30	Kolokvij 2	30%	30	<i>Vrednovanje rada na ispitu za studente koji nisu kolokvirali</i>			<i>Pismeni ispit</i>	<i>60%</i>	<i>60</i>	Ukupno:	100%	100
	Specifikacija aktivnosti	Postotak %	Bodovi																																	
	Vrednovanje tijekom nastave																																			
	Prisutnost na nastavi	5%	5																																	
	Aktivnost na nastavi	5%	5																																	
	Seminarski rad/ projekt/ esej	30%	30																																	
	Kolokvij 1	30%	30																																	
	Kolokvij 2	30%	30																																	
	<i>Vrednovanje rada na ispitu za studente koji nisu kolokvirali</i>																																			
	<i>Pismeni ispit</i>	<i>60%</i>	<i>60</i>																																	
Ukupno:	100%	100																																		
3.9. Kriteriji ocjenjivanja –razrada po ishodima	Način polaganja ishoda																																			
		Pohađanje nastave	Aktivnost u nastavi	Kolokvij 1	Kolokvij 2	Praktični rad	Ukupno																													
	Ishod 1	2	1	10			13																													
	Ishod 2	2	1	5	5	5	18																													
	Ishod 3	2	1	5	5	4	17																													
	Ishod 4	2	1		10	5	18																													
	Ishod 5	2	1	5	5	3	16																													
	Ishod 6	2	1	5	5	3	16																													
	Izvan ishoda		2				2																													
	Ukupno	12	8	30	30	20	100																													
<p>Bodovanje ishoda (da bi položio kolokvij/ispit student mora ostvariti najmanje 50% bodova za svaki ishod učenja)</p> <p>Bodovi Ocjena</p> <p>89 – 100 Izvrstan (5)</p> <p>76 – 88 Vrlo dobar (4)</p> <p>63 – 75 Dobar (3)</p> <p>50 – 62 Dovoljan (2)</p> <p>0 – 49 Nedovoljan (1)</p>																																				
3.10. Specifičnosti vezane uz polaganje kolegija	<p>Ukoliko student prikupi 50% bodova svakog ishoda izravno pristupa ispitu uz uvjet da je predao praktični rad. Student ne može pristupiti ispitnom roku ukoliko nije predao praktični rad. Praktični rad izrađuje se prema uputama objavljenim na Merlin sustavu i predaju se postavlja njem na Merlin. Praktični rad se predaje minimalno 3 dana prije ispitnog roka. Na ispitnom roku moguće je usmeno provjeravanje znanje pri izradi praktičnog rada.</p> <p>Ukoliko student ne ostvari dovoljan broj bodova na međuispitu, ne može pristupiti sljedećem međuispitu.</p> <p>Jednom ostvareni bodovi na međuispitima za svaki ishod učenja više se ne brišu osim u slučaju da sam student odluči popravljati rezultat za pojedini ishod učenja, pri čemu se do tada osvojeni bodovi brišu i upisuju se novoostvareni bodovi za taj ishod učenja.</p>																																			

	Završna ocjena dobiva se na ispitnom roku i zbroj je bodova ostvarenih tijekom nastave. Studenti koji nisu kolokvirali pristupaju pismenom dijelu ispita gdje se provjeravaju svi ishodi učenja, te su dužni prije izlaska na ispitni rok predati seminarski rad.
3.11. Obveze studenata	Redovni studenti dužni su prisustvovati na najmanje 70% od ukupnog broja sati predavanja i vježbi kako bi ostvarili pravo izlaska na ispit. Izvanredni studenti dužni su prisustvovati na najmanje 30% od ukupnog broja sati predavanja i vježbi da bi ostvarili pravo izlaska na ispit. Ukoliko student nije ispunio sve obveze predviđene kolegijem, dužan je ponovno pohađati predavanja i ispuniti uvjete za pristupanje ispitu. Dolaznost se može nadoknaditi online konzultacijama, organiziranim webinarima te dodanim zadacima zadanim od strane nastavnika. Jedan nastavni sat traje 45 minuta, a više sati čine nastavnu cjelinu. Izostanak s jedne nastavne cjeline broji se kao jedan izostanak. Kašnjenja i ispričnice se bilježe zasebno. U tom slučaju da je student izostao s više od 50% nastave, a ima opravdan razlog/ispriku treba predati zahtjev Vijeću odjela koje potom odlučuje o opravdanosti studentskih izostanaka uz obvezno mišljenje nositelja kolegija.
3.12. Pisani radovi	Seminarski radovi moraju imati adekvatnu naslovnu stranicu, sadržaj, uvod, razradu, zaključak i literaturu te se pišu prema uputama koje se dogovaraju s nastavnikom.
3.13. Obvezna literatura	1. Breslauer, N., T. Hublin, M. Zegnal Koretić (2013). Osnove kineziologije, Priručnik za studente stručnog studija Menadžmenta turizma i sporta. Međimursko veleučilište u Čakovcu
3.14. Dopunska literatura	1. Rogulj, N., V. Papić, V. Srhoj (2000). Proposal of a novel methodological approach to the tactics analysis in sport games. Zbornik radova 3rd International scientific conference "Kinnesiology new perspectives", Opatija str. 628-631. 2. Malacko, J. D. Doder (2008). Tehnologija sportskog treninga i oporavka, Pokrajinski zavod za sport, Novi Sad.
4. DODATNE INFORMACIJE O KOLEGIJU	
4.1. Provjera kvalitete	Kvaliteta programa, nastavnog procesa, vještine poučavanja i razine usvojenosti gradiva ustanovit će se provedbom pisane evaluacije temeljeno na upitnicima, te na druge standardizirane načine a sukladno aktima Međimorskog veleučilišta u Čakovcu.
4.2. Kontaktiranje s nastavnikom	Studenti mogu kontaktirati s nastavnikom tijekom termina konzultacija i za vrijeme nastave, dok se za kratka pitanja i objašnjenja mogu obratiti putem maila . Poželjno je da studenti za sve nejasnoće dođu što češće na konzultacije.
4.3. Informiranje o kolegiju	Obveza je svakog studenta redovito se informirati o odvijanju nastave. Sve obavijesti o održavanju ili eventualnoj odgodi nastave bit će izvještene na oglasnoj ploči i na web stranici Veleučilišta minimalno 24 sati ranije.
4.4. Doprinos kolegija studijskom programu	Osposobiti studenta da samostalno može: - Analizirati segmente sportske pripreme u dugoročnom procesu razvoja antropoloških obilježja čovjeka - Izgraditi sustav sportskih djelatnosti i aktivnosti unutar sportskih organizacija
5. RAZRADA TEMATSKIH CJELINA (broj razrađenih sati istovjetan je broju predavanja i vježbi kolegija)	
PREDAVANJA	

Sati	Tema i opis predavanja	Metoda rada <ul style="list-style-type: none"> • izravno poučavanje (izlaganje, instrukcija, pp prezentacija) • Učenje otkrivanjem (samostalno, vođeno, rasprava, debata) • Grupno/suradničko učenje • studija slučaja • terenska nastava... 	Ishodi učenja predavanja	Ishod učenja kolegija
1.	Kineziologija – znanost o pokretu, povijest i pojam	Frontalni rad, pp prezentacija, rasprava	Studenti će moći: <ul style="list-style-type: none"> -definirati kineziologiju kao znanost -raspravljati o ulozi suvremene kineziologije 	11
2.	Struktura kineziologije i kinezioloških aktivnosti	Frontalni rad, pp prezentacija, rasprava	<ul style="list-style-type: none"> -objasniti vanjsku i unutarnju strukturu kineziologije -objasniti strukturu kinezioloških aktivnosti 	11
3.	Antropološka obilježja – morfološka obilježja i motoričke sposobnosti	Frontalni rad, pp prezentacija, rasprava	<ul style="list-style-type: none"> -definirati i klasificirati antropološka obilježja -definirati morfološka obilježja -objasniti endogene i egzogene čimbenike rasta i razvoja -definirati motoričke sposobnosti 	12 14
4.	Antropološka obilježja – funkcionalne sposobnosti, kognitivne sposobnosti, konativne sposobnosti i socijalni status	Frontalni rad, pp prezentacija, rasprava	<ul style="list-style-type: none"> -definirati aerobni i anaeobni kapacitet -definirati kognitivne osobine -razumjeti i objasniti konativne osobine 	12 13
5.	Utjecaj kinezioloških podražaja na zdravlje	Frontalni rad, pp prezentacija, rasprava	<ul style="list-style-type: none"> -definirati zdravlje -objasniti utjecaj tjelesnog vježbanja na održavanje i unapređenje zdravlja 	16
6.	Motorička znanja	Frontalni rad, pp prezentacija, rasprava	<ul style="list-style-type: none"> -razumjeti pojam motoričkog znanja -klasificirati motorička znanja 	15
7.	Motoričko učenje	Frontalni rad, pp prezentacija, rasprava KOLOKVIJ 1.	<ul style="list-style-type: none"> -objasniti proces motoričkog učenja -objasniti faze motoričkog učenja -primijeniti metode motoričkog učenja 	15
8.	Osnove upravljanog procesa vježbanja	Frontalni rad, pp prezentacija, rasprava	<ul style="list-style-type: none"> -razumjeti pojam upravljanog procesa vježbanja -definirati zadaće tjelesnog vježbanja 	13 14

			-razumjeti upotrebu kibernetike u kineziologiji	
9.	Istraživanja u kineziologiji	Frontalni rad, pp prezentacija, rasprava	-definirati područja istraživanja u kineziologiji - objasniti faze istraživanja u kineziologiji	11
10.	Planiranje i programiranje- planiranje upravljanog procesa vježbanja	Frontalni rad, pp prezentacija, rasprava	-definirati faze planiranja i programiranja upravljanog procesa vježbanja -definirati cilj tjelesnog vježbanja	13 14
11.	Planiranje i programiranje – programiranje upravljanog procesa vježbanja	Frontalni rad, pp prezentacija, rasprava	-objasniti izbor i distribuciju sadržaja vježbanja -definirati volumen vježbanja -objasniti modalitete i učinke tjelesnog vježbanja	13 14
12.	Uloga menadžera u kineziologiji	Frontalni rad, pp prezentacija, rasprava	-raspravljati o ulozi menadžera u kineziologiji i sportu općenito -definirati zadaće i djelatnosti koje menadžer može provoditi u području sporta	11
13.	Sportska dijagnostika	Frontalni rad, pp prezentacija, rasprava	-objasniti važnost sportske dijagnostike i praćenja upravljanog procesa vježbanja -provesti osnovne dijagnostičke postupke morfoloških obilježja -provesti osnovne dijagnostičke postupke funkcionalnih sposobnosti	12
14.	Analiza sportskih i dijagnostičkih rezultata	Frontalni rad, pp prezentacija, rasprava KOLOKVIJ 2.	-interpretirati rezultate mjerenja morfoloških obilježja -interpretirati rezultate motoričkih mjerenja -interpretirati rezultate funkcionalnih mjerenja -raspravljati o utjecaju raznih oblika kretanja na antropološki status ljudi	12 14
15.	Završno predavanje i podjela potpisa	Frontalni rad, pp prezentacija, rasprava	-interpretirati rezultate mjerenja antropološkog statusa	13

VJEŽBE/ SEMINARI				
Sati	Tema i opis predavanja	Metoda rada <ul style="list-style-type: none"> • izravno poučavanje (izlaganje, instrukcija, pp prezentacija) • Učenje otkrivanjem (samostalno, vođeno, rasprava, debata) • Grupno/suradničko učenje • studija slučaja • terenska nastava... 	Ishodi učenja predavanja	Ishod učenja kolegija
1.	Kineziologija – znanost o pokretu, povijest i pojam	Izlaganje, pp prezentacija	-objasniti povijest nastanka kineziologije,	11
2.	Struktura kineziologije i kinezioloških aktivnosti	pp prezentacija, individualni rad	-objasniti strukturu kinezioloških aktivnosti	11
3.	Antropološka obilježja – morfološka obilježja i motoričke sposobnosti	Grupni rad,	-objasniti utjecaj usmjerenog vježbanja na razvoj sposobnosti	12 14
4.	Antropološka obilježja, funkcionalne sposobnosti, kognitivne sposobnosti, konativne sposobnosti i socijalni status	PP prezentacija, grupni rad	-raspravljati o utjecaju tjelesnog vježba na socijalne odnose	12
5.	Utjecaj kinezioloških podražaja na zdravlje	pp prezentacija, grupni rad	-objasniti utjecaj tjelesnog vježbanja na održavanje i unapređenje zdravlja	16
6.	Motorička znanja	vođena i samostalna izrada zadataka	-klasificirati motorička znanja	15
7.	Motoričko učenje	pp prezentacija, grupni rad	- primijeniti metode motoričkog učenja	15
8.	Osnove upravljanog procesa vježbanja	pp prezentacija, osobni primjeri	- definirati praćenje procesa vježbanja i stanja subjekta	13 14
9.	Istraživanja u kineziologiji	vođena i samostalna izrada zadataka	-objasniti i primijeniti faze istraživanja u kineziologiji	11
10.	Planiranje i programiranje- planiranje upravljanog procesa vježbanja	pp prezentacija, osobni primjeri	- utvrditi stanje subjekta -utvrditi faktore ograničenja	13 14
11.	Planiranje i programiranje – programiranje upravljanog procesa vježbanja	pp prezentacija, grupni rad	- objasniti modalitete i učinke tjelesnog vježbanja	13 14
12.	Uloga menadžera u kineziologiji	Samostalna izrada zadataka	-definirati zadaće i djelatnosti koje menadžer može provoditi u području sporta	11
13.	Sportska dijagnostika	pp prezentacija, grupni rad	- provesti osnovne dijagnostičke postupke motoričkih sposobnosti	12

14.	Analiza sportskih i dijagnostičkih rezultata	Izlaganje, pp prezentacija,	- analizirati i interpretirati rezultate motoričkih mjerenja	12 14
15.	Analiza sportskih i dijagnostičkih rezultata	Izlaganje, pp prezentacija	- interpretirati dijagnostičke postupke morfoloških obilježja	13