

QS3-KOVIU-DI-T-TZK1-2017.- Detaljni izvedbeni plan kolegija

1. OPĆE INFORMACIJE			
1.1. Naziv kolegija	Tjelesna i zdravstvena kultura I.	1.6. Semestar	1.
1.2. Nositelj kolegija	Marija Blažičević, prof. cin., pred.	1.7. Bodovna vrijednost (ECTS)	0
1.3. Suradnici	Nema	1.8. Način izvođenja nastave (broj sati P+V+S+e-učenje)	30V
1.4. Studijski program (stručni, specijalistički diplomski stručni studij)	Preddiplomski stručni studij Trgovina	1.9. Kratica kolegija	TZK1
1.5. Status kolegija (O, I)	Obvezan (O)	1.10. Šifra kolegija	ET07
2. OPIS KOLEGIJA			
2.1. Ciljevi kolegija	<p>Temeljni cilj kolegija je usavršavanje temeljnih teorijskih i praktičnih kinezioloških znanja te učenje novih konvencionalnih motoričkih znanja u svrhu poticanja i osposobljavanja studenata za samoinicijativno cjeloživotno i svakodnevno programiranje i provođenje procesa vježbanja, te stvaranje navika za zdravim načinom života.</p> <p>Organizirana nastava i izvannastavne aktivnosti Tjelesne i zdravstvene kulture na Veleučilištu u Požegi, imaju svoje kratkoročne ciljeve (pozitivno djelovanje na sklad biopsihosocijalnog razvoja studenata) i dugoročne ciljeve (izgradnja zdravog i stvaralačkog života, odgojno djelovanje na pravilno korištenje slobodnog vremena, pripomoć kvalitetnom životu u mladosti, zrelosti i starosti), koji su svi, bez iznimke, u interesu studenata, budućih intelektualaca..</p>		
2.2. Uvjeti za polaganje kolegija i ulazne kompetencije koje su potrebne za kolegij, korelativnost i korespondentnost s drugim kolegijima	<p>Nema uvjeta</p> <p>Kolegij Tjelesna i zdravstvena kultura je u korelaciji s istim kolegijem na svim Veleučilištima i Sveučilištima u Hrvatskoj.</p>		
2.3. Očekivani ishodi učenja na razini kolegija (4-10 ishoda učenja)	<p><u>Očekuje se da će student, nakon odslušanog kolegija Tjelesna i zdravstvena kultura II., moći:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pravilno izvoditi tehniku vježbi u pripremnom i završnom dijelu sata (pripreme vježbe i vježbe istezanja) 2. Osmisliti i demonstrirati vježbe u pripremi tijela za fizičku aktivnost 3. Odabrati vježbe primjerene razvoju i unapređenju motoričkih i funkcionalnih sposobnosti 4. Primjeniti naučena motorička znanja u momčadskim i individualnim sportovima 5. Demonstrirati različite tehnike i modele motoričkog učenja 6. Povezati praktična znanja o provedbi sportsko rekreacijskih programa u svrhu unapređenja i očuvanja ljudskog zdravlja 7. Pokazati sposobnost kreativnog i inovativnog razmišljanja 		
2.4. Sadržaj kolegija detaljno razrađen prema satnici nastave (kalendar nastave)	Datum	Teme i ishodi	
	1.	Uvod u kolegij i detaljni izvedbeni plan nastave -1 sat	
		Studenti će moći započeti aktivno sudjelovati u usmjerenim kineziološkim aktivnostima	

QS3-KOVIU-DI-T-TZK1-2017.- Detaljni izvedbeni plan kolegija

	2.	Osnove tenisa (metodika forehand udarca) -2 sata Rukomet (hvatanje i dodavanje lopte u mjestu i kretanju kroz različite zadatke)
		Studenti će moći demonstrirati metodičke vježbe forehand udarca , Ponoviti i popraviti tehničke strukture hvatanja i dodavanja lopte u rukometu
	3.	Tenis (forehand udarac- metodičke vježbe u paru) -2 sata Košarka (hvatanje i dodavanje lopte u mjestu i kretanju kroz različite zadatke)
		Studenti će moći ponoviti i izvesti metodičke vježbe forehand udarca u paru , Ponoviti i popraviti tehničke strukture hvatanja i dodavanja lopte u košarci
	4.	Tenis (forehand udarac- metodičke vježbe na mreži) -2 sata Rukomet (vođenje lopte oko čunjeva sa šutom sa zemlje kroz različite zadatke)
		Studenti će moći pokazati savladane metodičke vježbe forehand udarca na mreži, Opisati i izvesti osnovne kretne strukture u rukometu
	5.	Tenis (forehand udarac-vježbe na mreži) -2 sata Košarka (vođenje lopte oko čunjeva sa skok šutom kroz različite zadatke)
		Studenti će moći upotrijebiti savladane metodičke vježbe forehand udarca na mreži, Opisati i izvesti osnovne kretne strukture u košarci
	6.	Tenis (forehand udarac-igra na mreži) -2 sata Rukomet (skok šut iz mjesta i kretanja kroz različite zadatke)
		Studenti će moći primijeniti tehniku forehand udarac u igri na mreži, Opisati i demonstrirati složene tehničke strukture u rukometu
	7.	Tenis (forehand udarac-igra na mreži u paru) -2 sata Košarka (košarkaški dvokorak)
		Studenti će moći odigrati forehand udarac u igri na mreži Opisati i demonstrirati složenu tehničku strukturu u košarci

QS3-KOVIU-DI-T-TZK1-2017.- Detaljni izvedbeni plan kolegija

	Atletika (škola trčanja) -2 sata
8.	Studenti će moći opisati i demonstrirati osnovne i složene tehničke strukture u atletici, koje utječu na razvoj i unapređenje motoričkih znanja, te motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.
9.	Atletika (trčanje zadanih dionica različitim tempom) – 2 sata Studenti će pomoću naučenih kretnih i tehničkih atletskih struktura utjecati na unapređenje motoričkih znanja, motoričkih i funkcionalnih sposobnosti i zdravlja
10.	Rad u stanicama / Kružni oblik rada (radna mjesta/stanice s različitim zadacima te sportskim rekvizitima i pomagalicama) -2 sata Studenti će moći osmisliti i demonstrirati vježbe u pripremi tijela za fizičku aktivnost, pravilno izvoditi tehniku metodičkih vježbi ,razlikovati vježbe koje utječu na razvoj funkcionalnih i motoričkih sposobnosti, na redukciju potkožnog masnog tkiva i na oblikovanje ciljanih mišićnih skupina te ih koristiti s obzirom na željeni ishod.
11.	Teorijsko predavanje (edukacija o Geocaching-u) -2 sata Studenti će moći osmisliti ,organizirati i provesti vrlo koristan organizacijski oblik rada (boravak u prirodi, upoznavanje s prirodom te snalaženje u nestandardnim uvjetima) ,koristiti ga kao utjecaj na razvoj funkcionalnih sposobnosti, na redukciju potkožnog masnog tkiva, na oblikovanje pojedinih mišićnih skupina i kao oblik rekreacije i zabave
12.	Teorijsko predavanje (završni sastanak sa studentima i davanje detaljnih uputa o terminima polaska, osnovnoj opremi koju trebaju imati, dati im detaljne podatke o zadanoj lokaciji na kojoj se nalazi skriveni <i>geocache</i> koji moraju pronaći te im prezentirati način bodovanja radnih skupina po izvršenju zadatka) -2 sata Studenti će moći osmisliti, organizirati i provesti vrlo koristan organizacijski oblik rada (boravak u prirodi, upoznavanje s prirodom, snalaženje u nestandardnim uvjetima), educiranje studenata u zdravstvenom i kulturno-društvenom aspektu
13.	Terenska nastava (traženje geocache kutija u prirodi pomoću suvremene tehnologije različitim oblicima kretanja) – 2 sata Student će moći osmisliti, organizirati i provesti vrlo koristan organizacijski oblik rada primjenjujući sadržaj i upute dobivene tijekom edukacije o geocachingu i izvođenja praktične vježbe, koristiti ga za unapređenje zdravlja (utjecaj na razvoj funkcionalnih sposobnosti, redukciju potkožnog masnog tkiva, oblikovanje pojedinih mišićnih skupina), za razvoj teorijskih i motoričkih znanja; za bolje snalaženje u svakodnevnim i nepredvidivim situacijama

QS3-KOVIU-DI-T-TZK1-2017.- Detaljni izvedbeni plan kolegija

	<p>(orijentacija, korištenje suvremene tehnologije, rješavanje zagonetki, pronalaženje geocache-a, pružanje prve pomoći), za razvoj odgojnih učinaka i međusobne komunikacije.</p> <p>14. Terenska nastava (natjecanje između grupa u svladanim sportsko-rekreacijskim aktivnostima) Studenti će moći osmisliti ,organizirati i provesti vrlo koristan organizacijski oblik rada (boravak u prirodi, upoznavanje s prirodom, snalaženje u nestandardnim uvjetima, rješavanje zagonetki, natjecanje) ,koristiti ga kao utjecaj na razvoj funkcionalnih sposobnosti, na redukciju potkožnog masnog tkiva, na oblikovanje pojedinih mišićnih skupina i kao oblik rekreacije s dodatnim sadržajima sportskog i zabavnog karaktera</p> <p>15. Teorijsko predavanje (teme vezane za predmet Tjelesna i zdravstvena kultura / odgojno-edukacijski program / sportski kvizovi) -2 sata Studenti će moći analizirati, razlikovati i opisati sadržaj i definirati osnovne kineziološke pojmove unutar zadane teme vezane za Kineziologiju ili Odgojno-edukacijski program. Studenti će moći prepoznati, ponoviti, označiti, imenovati, nabrojiti, objasniti ili interpretirati informacije zasnovane na prethodno stečenim znanjima iz područja sporta kroz rješavanje sportskih kvizova.</p> <p>Podjela potpisa za zimski semestar – 1 sat</p>			
<p>2.5. Vrste izvođenja nastave:</p>	<table border="0"> <tr> <td data-bbox="618 820 1120 1118"> <input checked="" type="checkbox"/> predavanja <input type="checkbox"/> seminari i radionice <input checked="" type="checkbox"/> vježbe <input type="checkbox"/> obrazovanje na daljinu <input type="checkbox"/> mješovito e-učenje <input checked="" type="checkbox"/> terenska nastava </td> <td data-bbox="1120 820 1624 1118"> <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) </td> <td data-bbox="1624 820 2121 1118"> <p>2.6. Komentari:</p> <p>Teorijska predavanja i terenska nastava iz kolegija Tjelesna i zdravstvena kultura I. i II. se provode u dijelu zimskog semestra, a seminari se dodjeljuju studentima koji su zbog ozbiljnih zdravstvenih problema u cijelosti oslobođeni kolegija Tjelesna i zdravstvena kultura.</p> </td> </tr> </table>	<input checked="" type="checkbox"/> predavanja <input type="checkbox"/> seminari i radionice <input checked="" type="checkbox"/> vježbe <input type="checkbox"/> obrazovanje na daljinu <input type="checkbox"/> mješovito e-učenje <input checked="" 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)	<p>2.6. Komentari:</p> <p>Teorijska predavanja i terenska nastava iz kolegija Tjelesna i zdravstvena kultura I. i II. se provode u dijelu zimskog semestra, a seminari se dodjeljuju studentima koji su zbog ozbiljnih zdravstvenih problema u cijelosti oslobođeni kolegija Tjelesna i zdravstvena kultura.</p>
<input checked="" type="checkbox"/> predavanja <input type="checkbox"/> seminari i radionice <input checked="" type="checkbox"/> vježbe <input type="checkbox"/> obrazovanje na daljinu <input type="checkbox"/> mješovito e-učenje <input checked="" 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)	<p>2.6. Komentari:</p> <p>Teorijska predavanja i terenska nastava iz kolegija Tjelesna i zdravstvena kultura I. i II. se provode u dijelu zimskog semestra, a seminari se dodjeljuju studentima koji su zbog ozbiljnih zdravstvenih problema u cijelosti oslobođeni kolegija Tjelesna i zdravstvena kultura.</p>		
<p>2.7. Obveze studenata</p>	<p>Obveze redovnih studenata: Studentima su vježbe obvezne jer se vodi pismena evidencija dolazaka na nastavu (pismenu evidenciju/prozivku vodi nastavni predavač uz autogram prisutnog studenta/ice). Da bi dobili potpis studenti moraju obavezno prisustvovati na minimalno 80% vježbi. U dogovoru s nastavnim predavačem obveze o prisutnosti na nastavi se reguliraju i putem dodatnih aktivnosti studenata koje su navedene kod ocjenjivanja i vrednovanja rada studenata tijekom nastave. Studenti su obvezni na početku semestra popuniti kratak upitnik s osobnim podacima (ime, prezime, studij, mjesto prebivališta) , statusom (aktivni sportaš, rekreativac, ne bavi se sportom,...), području interesa u sportu i zdravstveno stanje te ga predati nastavnom predavaču. Studenti koji imaju status aktivnog ili kategoriziranog sportaša trebaju donijeti potvrdu matičnog kluba ili dokumentaciju Hrvatskog Olimpijskog Odbora. Studenti koji zbog bolesti izostanu s vježbi imaju mogućnost odrade nastave u drugom terminu s nekom od ostalih</p>			

QS3-KOVIU-DI-T-TZK1-2017.- Detaljni izvedbeni plan kolegija

	<p>grupa (ne primaju se liječničke ispričnice!). Studentice koje za vrijeme menstrualnog ciklusa ne mogu izvoditi vježbe iz kolegija dužne su dan ranije e-mailom ili usmenim putem obavijestiti nastavnog predavača, a izostanak s nastave mogu odraditi u drugom terminu s nekom od ostalih grupa. Studenti koji su zbog određenih zdravstvenih problema ili ozljeda onesposobljeni za izvođenje određenih vježbi, tehničkih i kretnih struktura na nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture te studenti koji imaju ozbiljnih zdravstvenih problema ili su trajno onesposobljeni za izvođenje vježbi iz kolegija Tjelesna i zdravstvena kultura, dužni su o tome obavijestiti nastavnog predavača te u terminu redovnih konzultacija donijeti važeću medicinsku dokumentaciju (unatrag 5 godina) koja im omogućuje poštedu pri izvođenju vježbi, tehničkih i kretnih struktura koje nisu u mogućnosti izvesti i/ili ih oslobađa dijela nastave ili nastave Tjelesne i zdravstvene kulture u cijelosti. Studenti su dužni dolaziti na nastavu prikladno odjeveni u sportsku opremu (sportska majica kratkih / dugih rukava, kratke hlače / sportske tajice, trenirka, sportska jakna tenisice // sportske gležnjače za terensku nastavu). Studenti koji zakasne na nastavu imati će sankcije u vidu tjelesnih vježbi. Studenti koji ometaju nastavu imati će sankcije u vidu tjelesnih vježbi (prva opomena). U slučaju učestalog ometanja studenti će biti udaljeni s nastave, a u evidenciji će im se bilježiti kao da taj put nisu prisustvovali nastavi. Studentima će se bilježiti prisutnost u onolikoj mjeri u kojoj su na nastavi bili prisutni. Studentima koji su oslobođeni nastave Tjelesne i zdravstvene kulture u cijelosti, davanje potpisa uvjetuje se pisanjem seminarskog rada na temu koju izabire student ovisno o području interesa u sportu, uz konzultiranje s nastavnim predavačem (pri kraju ljetnog semestra). Studenti koji ostvare manje od 80% dolazaka na nastavu nemaju pravo na potpis i dužni su upisati kolegij ponovno sljedeće godine.</p>					
<p>2.8. Praćenje rada studenata (<i>upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti kolegija</i>)</p>	Pohađanje nastave		Pisani ispit		Projekt	
	Eksperimentalni rad		Istraživanje		Praktični rad	
	Esej		Referat		Kontinuirana provjera znanja	
	Kolokviji		Seminarski rad		(ostalo upisati)	
	Aktivnost u nastavi		Usmeni ispit		(ostalo upisati)	
<p>2.9. Radno opterećenje studenata</p>	<p>Radno opterećenje studenata iznosi 0 ECTS za 30 sati rada u semestru. Kolegij nema ocjene, već se sa pravom na potpis potvrđuje da su studenti obavili predviđenu nastavu. Obveza studenata je pohađanje vježbi Tjelesne i zdravstvene kulture (minimalno 80% predviđenih sati aktivne nastave u semestru).</p>					
<p>2.10. Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu</p>	<p><u>Ocjenjivanje i vrednovanje rada redovnih studenata tijekom nastave;</u> 1.Pohađanje nastave Od studenata se očekuje da redovito pohađaju vježbe (minimalno 80% predviđenih sati aktivne nastave) Za svakog studenta vodi se evidencija o pohađanju nastave i uspjesima proisteklim iz njegovog dodatnog rada i aktivnosti Evidenciju prisutnih studenata na nastavi vodi nastavni predavač (uz autogram prisutnog studenta / ice)</p>					

QS3-KOVIU-DI-T-TZK1-2017.- Detaljni izvedbeni plan kolegija

	<p>2. Mogućnosti dodatnih aktivnosti studenata Prisutnost na nastavi u obliku demonstratora vježbi Aktivni ili kategorizirani sportaš (prema HOO-u) Član Sportske udruge studenata Veleučilišta u Požegi (SUSVUP) Član Veleučilišne sportske ekipe na državnom ili regionalnom prvenstvu Član Veleučilišne sportske ekipe na županijskim i gradskim prvenstvima i ligama Sudionik sportskih natjecanja u organizaciji Veleučilišta</p> <p>3. Seminarski rad Pravo na potpis kojim se u indeks potvrđuje uredno izvršavanje propisanih obveza imaju studenti koji su bili prisutni na nastavi minimalno 80% od ukupnog broja nastavnih sati. U dogovoru s nastavnim predavačem obveze o prisutnosti na nastavi se reguliraju i putem dodatnih aktivnosti studenata koji su prethodno navedeni. Studenti/ ce koji zbog bolesti ili studentice koje zbog menstrualnog ciklusa izostanu s vježbi imaju mogućnost odrade nastave u drugom terminu s nekom od ostalih grupa. Studentima koji su oslobođeni nastave Tjelesne i zdravstvene kulture u cijelosti, davanje potpisa uvjetuje se pisanjem seminarskog rada na temu koju izabire student / ica ovisno o području interesa u sportu, uz konzultiranje sa nastavnim predavačem. Odlukom dekana, radnu verziju seminarskog rada studenti dostavljaju putem službenog studentskog maila elektroničkim putem (poslanog s domene @vup.hr). Nastavni predavač je dužan unijeti komentare u radnu verziju seminarskog rada te studentu vratiti na eventualnu korekciju elektroničkim putem. Student je dužan konačnu verziju seminarskog rada predati nastavnom predavaču u pisanom obliku i uvezano te ukratko usmeno izložiti seminarski rad, tijekom ljetnog semestra u terminu redovitih konzultacija nastavnog predavača, najkasnije do 1. lipnja tekuće akademske godine (osim u iznimnim situacijama). Prilikom kratkog usmenog izlaganja seminarskog rada, student mora vladati zadanom temom, a pri tome se može služiti kratkim bilješkama i nikako ne čitati vlastiti seminarski rad. Ukoliko se studenti ne pridržavaju navedenog termina predaje konačne verzije i kratkog usmenog seminarskog rada i izlaganja (osim iz opravdanih razloga), uskraćuje im se pravo potpisa te su obvezni upisati kolegij ponovno sljedeće godine. Studenti koji ostvare manje od 80% dolazaka na nastavu nemaju pravo na potpis i dužni su upisati kolegij ponovno sljedeće godine.</p>												
2.11. Obvezna literatura (OL u kalendaru nastave)	<table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="629 1145 752 1177">Red.br.</th> <th data-bbox="752 1145 2114 1177">Naziv</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="629 1177 752 1209">Nema</td> <td data-bbox="752 1177 2114 1209"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="629 1209 752 1241"></td> <td data-bbox="752 1209 2114 1241"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="629 1241 752 1273"></td> <td data-bbox="752 1241 2114 1273"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="629 1273 752 1305"></td> <td data-bbox="752 1273 2114 1305"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="629 1305 752 1337"></td> <td data-bbox="752 1305 2114 1337"></td> </tr> </tbody> </table>	Red.br.	Naziv	Nema									
Red.br.	Naziv												
Nema													
2.12. Dopunska literatura (DL u kalendaru nastave)	<table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="629 1377 752 1409">Red.br.</th> <th data-bbox="752 1377 2114 1409">Naziv</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="629 1409 752 1441"></td> <td data-bbox="752 1409 2114 1441"></td> </tr> </tbody> </table>	Red.br.	Naziv										
Red.br.	Naziv												

QS3-KOVIU-DI-T-TZK1-2017.- Detaljni izvedbeni plan kolegija

	1.	Tudor O. Bompa, PhD (2006): Periodizacija- teorija i metodologija treninga, Gopal Zagreb
	2.	Dragan Milanović (1997): Priručnik za sportske trenere, Fakultet za fizičku kulturu, Sveučilište u Zagrebu
	3.	Dr.sc.Ivan Novak (2006): Sportski marketing i industrija sporta, Mailing,d.o.o. Zagreb
	4.	Findak, Vladimir (2003): Metodika tjelesne i zdravstvene kulture/ priručnik za nastavnike tjelesne i zdravstvene kulture, Školska knjiga (3.izdanje), Zagreb
	5.	Neljak, B., Caput - Jogunica, R. (2009); Kineziološka metodika u visokom obrazovanju, Kineziološki fakultet, Sveučilište u Zagrebu
	6.	Zvonimir Šatalić, Maroje Sorić, Marjeta Mišigoj-Duraković (2015.); Sportska prehrana, Znanje
2.13. Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje izlaznih znanja, vještina i kompetencija	<p>Studenti sudjeluju aktivno u nastavi (posebice vježbama), izvannastavnim aktivnostima i sportskim natjecanjima. U evidencijskom obrascu kolegija vodi se evidencija o nazočnosti na nastavi ,aktivnosti studenata te aktivnim i kategoriziranim sportašima. Informacije o napretku i eventualnim problemima pružaju se studentima u završnom dijelu sata i u terminu konzultacija.</p> <p>Krajem semestra provodi se evaluacija nastavnika i kolegija od strane studenata (studentske ankete). Informacije o zadovoljstvu studenata koriste se za unapređenja kvalitete izvedbe nastave.</p> <p>Informacije o postignutim ishodima učenja koriste se za izradu samoevaluacije nastavnika te, po potrebi za izmjene i/ili dopune studijskog programa kolegija, metoda rada te ocjenjivanje i vrednovanje rada studenata.</p>	
3. DODATNE INFORMACIJE O KOLEGIJU		
3.1. Pohađanje nastave	<p>Studentima su vježbe obvezne jer se vodi pismena evidencija dolazaka na nastavu (pismenu evidenciju/prozivku vodi nastavni predavač uz autogram prisutnog studenta / ice). Da bi dobili potpis studenti moraju obavezno prisustvovati na minimalno 80% vježbi. Studenti / ice koji zbog bolesti izostanu s vježbi imaju mogućnost odrade nastave u drugom terminu s nekom od ostalih grupa. Studentice koje za vrijeme menstrualnog ciklusa ne mogu izvoditi vježbe iz kolegija dužne su dan ranije e-mailom ili usmenim putem obavijestiti nastavnog predavača, a izostanak s nastave mogu odraditi u drugom terminu s nekom od ostalih grupa. Studenti koji su zbog određenih zdravstvenih problema ili ozljeda onesposobljeni za izvođenje određenih vježbi, tehničkih i kretnih struktura na nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture te studenti koji imaju ozbiljnih zdravstvenih problema ili su trajno onesposobljeni za izvođenje vježbi iz kolegija Tjelesna i zdravstvena kultura, dužni su o tome obavijestiti nastavnog predavača te u terminu redovnih konzultacija donijeti važeću medicinsku dokumentaciju (unatrag 5 godina) koja im omogućuje poštedu pri izvođenju vježbi, tehničkih i kretnih struktura koje nisu u mogućnosti izvesti i/ili ih oslobađa dijela nastave ili nastave Tjelesne i zdravstvene kulture u cijelosti. Studenti koji imaju status aktivnog ili kategoriziranog sportaša trebaju donijeti potvrdu matičnog kluba ili dokumentaciju Hrvatskog Olimpijskog Odbora. Studenti su dužni dolaziti na nastavu prikladno odjeveni u sportsku opremu (sportska majica kratkih / dugih rukava, kratke hlače / sportske tajice, trenirka, sportska jakna, tenisice // sportske gležnjače za terensku nastavu). Studenti koji zakasne na nastavu imati će sankcije u vidu tjelesnih vježbi. Studenti koji ometaju nastavu imati će sankciju u vidu tjelesnih vježbi (prva</p>	

QS3-KOVIU-DI-T-TZK1-2017.- Detaljni izvedbeni plan kolegija

	opomena). U slučaju učestalog ometanja studenti će biti udaljeni s nastave, a u evidenciji će im se bilježiti kao da taj put nisu prisustvovali nastavi. Studentima će se bilježiti prisutnost u onolikoj mjeri u kojoj su na nastavi bili prisutni.
3.2. Kontaktiranje s nastavnikom	Studenti mogu kontaktirati s nastavnikom pri početku i završetku nastave, tijekom termina konzultacija (dva sata tjedno) i fiksnim telefonom. Za sva ostala pitanja i objašnjenja moguće je poslati e-mail na koji će biti odgovoreno najkasnije za 48 sati (osim u vrijeme vikenda ili godišnjeg odmora). Poželjno je da studenti za sve nejasnoće dođu što češće na konzultacije.
3.3. Informiranje o kolegiju	Obveza svakog studenta je redovito se informirati o odvijanju nastave, a za sva dodatna pitanja i nejasnoće vezane za kolegij Tjelesna i zdravstvena kultura I. i II., poželjno je pitati predmetnog profesora. Sve obavijesti vezane za kolegij Tjelesna i zdravstvena kultura I. i II. (mjesto i vrijeme održavanje nastave, odgoda nastave i sl.) biti će izvještene na oglasnoj ploči ispred profesorovog kabineta i na web stranici Veleučilišta , minimalno 48 sati ranije.
3.4. Pisani radovi	Pisani radovi (seminarski radovi) pišu se računalom. Seminarski radovi moraju biti pisani računalom i to na maksimalno 12 stranica teksta (od uvoda do zaključka) te u dodatku mogu imati slike, priloge, tablice, praktične primjere i sl. Seminarski radovi moraju imati adekvatnu naslovnu stranicu, sadržaj, označene stranice i literaturu (najmanje 4 izvora s tim da su zastupljene knjige i priručnici, stručni radovi i web-izvori). (Sve ostale upute oko pisanja seminarskih radova, vidjeti u Uputama za pisanje seminarskog rada nastavnog predavača).
3.5. Ostalo (dodati po potrebi)	Studenti Veleučilišta u Požegi imaju mogućnost postati članom Sportske udruge studenata Veleučilišta u Požegi, izbor izvannastavnih sportskih aktivnosti, pravo na korištenje sportskih terena i sportske opreme Veleučilišta, mogućnost sudjelovanja na sportskim natjecanjima unutar institucije, na tradicionalnoj „Vupijadi“, Veleučilišnim natjecanjima na razini regije i na razini Hrvatske. U okviru kolegija Tjelesna i zdravstvena kultura pojavljuje se prijedlog za odlazak studenata na plivanje, rafting, planinarenje, skijanje i sl. sportsko-rekreativne aktivnosti koje ovise o dogovoru i organizaciji s Veleučilištem i interesu studenata.

Požega, 27.09.2017.

Izradila: Marija Blažičević, prof., cin., pred.

Potpis: _____

Odobrio/la:

Potpis: _____

