Detailed Course Syllabus

Academic year: 2024/2025	**Semester:** Winter semester
Year of study: 1	**Study programme:** Psihologija (R) (Prijediplomski)

I. BASIC COURSE INFORMATION

Name: Tjelesna i zdravstvena kultura

Abbreviation: PSIP1-4

ECTS: 0	**Code:** 116794

Prerequisites: No

Total Course Workload

Teaching Mode	**Total Hours**
Physical education exercise	30

Class Time and Place: HKS - according to the published schedule

II. TEACHING STAFF

Course Holder

Name and Surname: Babić Davorin

Academic Degree:	**Professional Title:** viši predavač
Contact E-mail: dbabic@kbf.hr	**Telephone:**

Office Hours: According to the published schedule

Course Assistant

Name and Surname: Vadjon Ivančica

Academic Degree:	**Professional Title:** naslovni predavač
Contact E-mail: ivancica.vadjon@unicath.hr	**Telephone:**

Office Hours: According to the published schedule

III. DETAILED COURSE INFORMATION

Teaching Language: Hrvatski

Course Description

Textbooks and Materials

Required		
Supplementary		
Examination and Grading		
To Be Passed NE	**Exclusively Continuous Assessment** NE	**Included in Average Grade** NE
Prerequisites to Obtain Signature and Take Final Exam		
Examination Manner		
Grading Manner		
Detailed Overview of Grading within ECTS		

IV. WEEKLY CLASS SCHEDULE

[Vježbe tjelesnog odgoja]

#	Topic
1	1. 13,oo-14,3o Uvodni sat, definiranje rasporeda, grupa i obveza studenata
2	2. Provjera motoričkih znanja i sposobnosti s obzirom na posebnosti izborne aktivnosti
3	3. Struktura sata i ciljevi pojedinih dijelova sata s obzirom na posebnosti izborne aktivnosti
4	4. Učenje novih i usavršavanje motoričkih znanja
5	5. Učenje novih i usavršavanje motoričkih znanja
6	6. Vježbe za razvoj dominantnih motoričkih sposobnosti za izbornu aktivnost
7	7. Vježbe istezanja specifične za izbornu aktivnost
8	8. Učenje novih i usavršavanje motoričkih znanja
9	9. . Informiranje o zdravlju i utjecaju izborne aktivnosti na zdravlje
10	11. Učenje novih i usavršavanje motoričkih znanja
11	12. Prehrana studenata primjerena većim intelektualnim i tjelesnim naporima
12	13. Osnove planiranja vježbanja u svrhu unapređenja dominantnih motoričkih sposobnosti u izbornoj aktivnosti
13	1Učenje novih i usavršavanje motoričkih znanja3.
14	14. Informiranje studenata o aktivnostima kojima mogu prevenirati neželjene zdravstvene posljedice ovisno o vrsti posla kojeg će raditi
15	15. Osnove terminologije u izbornoj aktivnosti