



HRVATSKO
KATOLICKO
SVEUCILISTE
ZAGREB
UNIVERSITAS
STUDIORUM
CATHOLICA
CROATICA
ZAGREBIA

Detailed Course Syllabus

Academic year:

2025/2026

Semester:

Summer semester

Study programme:

Povijest (R)

Year of study:

1

I. BASIC COURSE INFORMATION

Name: Tjelesna i zdravstvena kultura

Abbreviation: POVP2-6

ECTS: 1

Code: 198064

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		
<i>Examination and Grading</i>		
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		
<i>[Predavanja]</i>		
#	Topic	
1	1. Uvodni sat, definiranje rasporeda, grupa i obveza studenata	
2	2. Provjera motoričkih znanja i sposobnosti s obzirom na posebnosti izborne aktivnosti	
<i>[Vježbe]</i>		
#	Topic	
1	3. Struktura sata i ciljevi pojedinih dijelova sata s obzirom na posebnosti izborne aktivnosti	
2	3. Struktura sata i ciljevi pojedinih dijelova sata s obzirom na posebnosti izborne aktivnosti	
3	4. Učenje novih i usavršavanje motoričkih znanja	
4	5. 14,30-16,00 Učenje novih i usavršavanje motoričkih znanja	
5	6. Vježbe za razvoj dominantnih motoričkih sposobnosti za izbornu aktivnost	
6	7. Vježbe istezanja specifične za izbornu aktivnost	
7	8. Učenje novih i usavršavanje motoričkih znanja	
8	9. Informiranje o zdravlju i utjecaju izborne aktivnosti na zdravlje	
9	10. Učenje novih i usavršavanje motoričkih znanja	
10	11. Prehrana studenata primjerena većim intelektualnim i tjelesnim naporima	
11	12. Osnove planiranja vježbanja u svrhu unapređenja dominantnih motoričkih sposobnosti u izornoj aktivnosti	
12	13. Učenje novih i usavršavanje motoričkih znanja	
13	14. Informiranje studenata o aktivnostima kojima mogu prevenirati neželjene zdravstvene posljedice ovisno o vrsti posla kojeg će raditi	
14	15. Osnove terminologije u izornoj aktivnosti	
15	4. Učenje novih i usavršavanje motoričkih znanja	