



УНИВЕРЗИТЕТ У БАЊОЈ ЛУЦИ
ФАКУЛТЕТ ФИЗИЧКОГ ВАСПИТАЊА И СПОРТА
Катедра за Тренажну технологију _____



Школска година	Предмет	Шифра предмета	Студијски програм	Циклус студија	Година студија	Семестар	Број студената	Број група за вјежбе
2018/2019.	Теорија спортског тренинга		Општи-наставнички	Први	4	7		

ПЛАН И РАСПОРЕД ПРЕДАВАЊА

Седмица	Предавање	Тематска јединица	Дан	Датум	Вријеме	Мјесто одржавања	Ч	Наставник
I	П1	Увод ,уознавање са планом и програмом предмета	Сриједа	10.10.2018.	10:00 – 11:30	Учионица 4	2	Проф. др Бојан Гузина
II	П2	Дефиниција, предметност и научна утемељеност предмета					2	
III	П3	Интердисциплинарни приступ спортском тренингу Кибернетички приступи управљења процесом спортског тренинга					2	
IV	П4	Анализа спортске активности.,Класификација спортова					2	
V	П5	Једначина спецификације успјешности у спорту					2	

		Дијагностика стања тренираности спортиста						
VI	П6	Тренираност и спортска форма: фазни карактер и карактеристике спортске форме у годишњем и вишегодишњем циклусу					2	
VII	П7	Фактори спортског успјеха: кондициона, техничка, тактичка, психолошка и интегрална припрема					2	
VIII	П8	Колоквијум 1					2	
IX	П9	Састав спортске припреме: прогноза, моделирање, селекција (узмјеравање и избор спортиста), тренинг, такмичење					2	
X	П10	Замор и опоравак спортиста. Законитости и принципи у конструкцији спор. тренинга, тренинг дјече и омладине, сензибилне фазе развоја					2	
XI	П11	Методичко обликовање тренинга: средства, методе, оптерећења, организациони облици					2	
XII	П12	Кондициони тренинг: развој и					2	

		одржавање функционалних моторичких способности,						
XIII	П13	Информациони тренинг, методика учења техничких, тактичких и теоретских знања.					2	
XIV	П14	Колоквијум 2					2	
XV	П15	Планирање и програмирање тренинга. Периодизација спортске припреме.					2	

П1, П2,, П15 – Предавање прво, Предавање друго, ..., Предавање петнаесто, Ч - Часова

ШЕФ КАТЕДРЕ:
