

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне академске студије, физичко васпитање и спорт				
Назив предмета: Биологија				
Семестар: 3				
Статус предмета: обавезан				
Број ЕСПБ: 6				
Број часова теоријске и практичне наставе (П+В): 4+0				
Услов: нема услова				
ЦИЉ И ИСХОД				
<p>Циљ: Упознавање студената са основама развоја човека, развојем функционалних система и њиховим одговором на различити интензитет и дозу вежбања, имплементацијом вежбања у најчешћим патолошким стањима, морфолошким и физичким разликама жена у спорту и третирањем проблема код спортисткиња.</p>				
<p>Исход: Након положеног испита студенти ће бити способни за примену стечених теоријских и стручних знања у прилагођавању вежбања различитим периодима развоја човека, као и за препознавање и конструисање ендогених и егзогених утицаја на организам у одговору на вежбање.</p>				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/теорија	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Порекло и сист. место човека у природи, Биолошка антропологија, класификација конст. типова	I	Усмена предавања, ППТ презентације, видео материјал, интерактивно учешће студената	активност
2.	Унутрашњи фактори развоја човека Спољашњи фактори развоја човека	II		колоквијуми 1, 2 и завршни колоквијум
3.	Хигијенско-дијететски поступци и стимул. средства као спољашњи фактор у пластичном периоду раста и развоја	III		Семинарски рад
4.	Осн. тел. одлике и тел. вежб. (висина, тежина, шир. и обими тела) Спортска тежина Гојазност, узроци и улога физичке активности	IV		
5.	Развој функц. система 1 и утицај физичке активности на сваки појединачни систем у току развоја	V		
6.	Развој функц. система 2 и утицај физичке активности на сваки појединачни систем у току развоја	VI		
7.	Терморегулација и физичка активност, утицај пола и животног доба. Препоруке. Процена хидрираности. Аклиматизација	VII		
8.	Периоди развоја човека од рођења до старости и улога физичке активности у сваком периоду. Препоруке	VIII		
9.	Развојне одлике жене, морфолошке и функционалне разлике. Проблеми жена у спорту (менструација, трудноћа), препоруке	IX		
10.	Женска спортска тријада и поремећаји исхране код жена у спорту, препоруке	X		
11.	Физичко вежбање, здравље и обољења, препоруке Студије случаја	XI		

12.	Претренираност, узроци и препоруке	XII		
13.	Генетика у спорту, гени кандидати за физичку способност, дефиниција генског допинга	XIII		
14.	Антропометрија, техника и правила мерења	XIV		
15.	Методe оцењивања телесног развоја и контроле функционалне способности	XV		
Р.б.	Наставни садржаји/вежбе	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.		I		
2.		II		
3.		III		
4.		IV		
5.		V		
6.		VI		
7.		VII		
8.		VIII		
9.		IX		
10.		X		
11.		XI		
12.		XII		
13.		XIII		
14.		XIV		
15.		XV		

УЦБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

- [1] Витошевић Б. Биологија развоја човека са основама генетике, Сиграф-Плус, Крушевац, 2011.
 [2] McArdle, WD, Katch, FI, Katch VL. Exercise Physiology/6 ed Lippincott Williams&Wilkins, 2007.
 [3] Malina R. Bouchard C, Bar-Or O. Growth, Maturation and Physical Activity, Human Kinetics, 2004.

Оцена знања (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Поена: 50		Завршни испит	Поена: 50	
	Минимум	Максимум		Минимум	Максимум
активност у току предавања		10	писмени испит		
практична настава			усмени испит		50
колоквијум 1, 2, 3		20	практични испит		
семинарски рад 1		20			
семинарски рад 2					

НАСТАВНИК И САРАДНИК

Наставник:

1. Проф. др Биљана Витошевић

Сарадник: