

SADRŽAJ PRIJEMNOG ISPITA NA STUDIJSKOJ GRUPI SPORT I FIZIČKO VASPITANJE

Br.	SADRŽAJ	Bodovi
1.	<p>UKK za procenu maksimalne potrošnje kiseonika</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Test se izvodi na otvorenom prostoru. ○ Kandidat ima zadatak da za što kraće vreme prehoda distancu od 2 km. ○ Odmah po ulasku u cilj meri se frekvencija srca. ○ Maksimalna potrošnja kiseonika se izračunava na osnovu izmerenog vremena hodanja, frekvencije srca i vrednosti <i>Body-Mass-Index</i>-a (dobija se iz odnosa telesne visine i telesne mase kandidata). 	5
2.	<p>Procena opšte koordinacije</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Test se izvodi preskakanjem konopca (kratke vijače) u trajanju od 60 sekundi. ○ Tempo iznosi 80-90 preskakanja u minutu. ○ Test je podeljen u pet nivoa, a svaki savladani nivo vredi jedan bod. ○ <i>Prvi nivo</i> podrazumeva sunožno preskakanje u trajanju od 20 sekundi. ○ <i>Drugi nivo</i> podrazumeva preskakanje na levoj nozi u trajanju od 10 sekundi. ○ <i>Treći nivo</i> podrazumeva preskakanje na desnoj nozi u trajanju od 10 sekundi. ○ <i>Četvrti nivo</i> podrazumeva naizmenično preskakanje levom i desnom nogom u trajanju od 10 sekundi (leva-desna-leva-desna...). ○ <i>Peti nivo</i> podrazumeva sunožne cik-cak skokove u trajanju od 10 sekundi. ○ Sa nivoa na nivo se prelaze na znak merioca, bez prekidanja okretanja vijače. ○ Test se prekida kada kandidat napravi grešku, a kao rezultat se uzima savladani nivo. ○ Svaki kandidat ima pravo na dva pokušaja. 	5
3.	<p>Procena specifične koordinacije</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Test podrazumeva procenu spretnosti sa loptom i procenu dinamičke ravnoteže. ○ Spretnost sa loptom zasnovana je na izvođenju osnovnih elemenata fudbala, odbojke, košarke i rukometa. ○ <i>Fudbal</i>: primanje i dodavanje; vođenje lopte unutrašnjom i spoljšnjom starnom stopala – 2 bod ○ <i>Odbojka</i>: tehnika odbijanja lopte prstima iznad glave; tehnika odbijanja lopte podlakticom ispred tela – 2 bod. ○ <i>Košarka</i>: vođenje lopte rukom, naizmenično; dodavanje lopte sa grudi – 2 bod. ○ <i>Rukomet</i>: dodavanje i hvatanje; skok-šut – 2 bod. ○ <i>Test dinamičke ravnoteže</i> izvodi se na niskoj gredi. Kandidat ima zadatak da prehoda polovinu grede, da na sredini napravi okret za 180, da zatim prehoda gredu u suprotnom smeru i na kraju slobodno saskoči – 2 bod. 	10
4.	<p>Plivanje na 50 m</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Test se izvodi u olimpijskom bazenu. ○ Kandidat startuje skokom u vodu na glavu. ○ Tehnika plivanja je proizvoljna. ○ Bodovanje se sprovodi na osnovu izmerenog vremena, prema sledećim normama: Za muškarce: <ul style="list-style-type: none"> - Sporije od 1 minut i 30 sekundi – 1 bod - Od 1 minut i 30 sekundi do 1 minut i 20 sekundi – 2 boda - Od 1 minut i 19 sekundi do 1 minut i 15 sekundi – 3 boda - Od 1 minut i 14 sekundi do 1 minut i 10 sekundi – 4 boda - Od 1 minut i 09 sekundi do 1 minut i 05 sekundi – 5 bodova - Od 1 minut i 04 sekundi do 1 minut i 00 sekundi – 6 bodova - Od 59 do 55 sekundi – 7 bodova - Od 54 do 50 – 8 bodova - Od 49 sekundi do 45 sekundi – 9 bodova 	10

	<ul style="list-style-type: none"> - Brže od 45 sekundi – 10 bodova <p>Za žene:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sprije od 1 minut i 40 sekundi – 1 bod - Od 1 minut i 40 sekundi do 1 minut i 30 sekundi – 2 boda - Od 1 minut i 29 sekundi do 1 minut i 25 sekundi – 3 boda - Od 1 minut i 24 sekundi do 1 minut i 20 sekundi – 4 boda - Od 1 minut i 19 sekundi do 1 minut i 15 sekundi – 5 bodova - Od 1 minut i 14 sekundi do 1 minut i 10 sekundi – 6 bodova - Od 1 minut i 09 sekundi do 1 minut i 05 sekundi – 7 bodova - Od 1 minut i 04 sekundi do 1 minut i 00 sekundi – 8 bodova - Od 59 do 55 sekundi – 9 bodova - Brže od 55 sekundi – 10 bodova 	
5.	<p>Test poznavanja oblasti sporta</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Test se rešava zaokruživanjem tačnih odgovora. ○ Test se sastoji od 20 pitanja i traje 10 minuta. ○ Za pripremu se preporučuju sledeći pisani i elektronski izvori: <p>Udžbenici: Brian J. Sharkey (2008.): Vežbanje i zdravlje, Data status, Beograd Ahmetović. Z. (1998.): Osnovi sportskog treninga, Viša škola za sportske trenere, Beograd</p> <p>Internet portali (web stranice): www.sportskitrening.hr www.srbijasport.net www.serbianisport.com</p> <p>Forumi, panel-diskusije i druge korisne adrese: www.fit-zone.com http://tness.testing.8m.com</p>	10
6.	<p>Procena nivoa motivacije kandidata</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Za procenu će biti primenjen specifični psihološki test motiva opšteg postignuća. ○ Test je bez vremenskog ograničenja i traje oko 6 minuta. ○ U testu nema tačnih i netačnih odgovora i ne zahteva bilo kakvu pripremu. 	10
7.	<p>Test opšteg obrazovanja</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Test se rešava zaokruživanjem tačnih odgovora. ○ Test se sastoji od 20 pitanja i traje 15 minuta. ○ Znanje kandidata zasnovano je na podacima iz srednješkolskog gradiva i opštih informacija iz kulture, umetnosti, nauke, sporta i dr. Tako da ne zahteva posebnu pripremu kandidata (na sajtu fakulteta nalazi se primer testa iz prethodne godine). 	10

❖ Prijemnom ispitu prethodi obavezni lekarski pregled koji se sprovodi na Fakultetu prilikom predaje dokumenata.