

1	Наслов на наставниот предмет	СПОРТ И ЗДРАВЈЕ		
2	Код	ХСЗ115		
3	Студиска програма	Стручни студии по стоматологија за стоматолошки сестри- орални хигенолози, I циклус на студии		
4	Организатор на студиската програма (единица, односно институт, катедра, оддел)	Факултет за физичко образование, спорт и здравје		
5	Степен (прв, втор, трет циклус)	прв циклус		
6	Академска година / семестар	1-ва година, II семестар	7	Број на ЕКТС кредити 0
7	Наставник	Виш. пред. д-р Бранко Крстевски (Раководител)		
8	Предуслови за запишување на предметот	Потпис од задолжителните предмети од I семестар		
9	<p>Цели на предметната програма (компетиции): Целта на предметот спорт и спортски активности е усвојување на нови и усовршување на старите моторни знаења и вештини, подобрување на моторните и функционалните способности се со цел унапредување на здравјето, задоволувањето на потребите за движење, оспособување на студентот за рационално, содржајно користење на слободното време како и подобрување на квалитетот на животот во младоста, во зрелата возраст и староста. Унапредување на социјалната комуникација.</p> <p>Очекувани резултати: Оспособување на студентот за самостојно спортување и физичко вежбање, запознавање со законитостите на физичката култура и правилната исхрана. Стекнување знаења за структурата, правилата, принципите на тренажниот процес и специфичностите на избраната кинезиолошка активност</p>			
10	<p>Содржина на предметната програма:</p> <p>А. Програм - основен редовен програм - кошарака, мал фудбал, одбојка, ракомет, танцови фитнес програми (аеробик, степ-аеробик, пилатес, и сл.)</p> <p>Б. Програм - изборна настава - Планинарење и логорување, Пливање, Велосипедизам, Ролање, Лизгање, Скијање, Пинг-понг</p> <p>В. Програм за студентите со посебни потеби - физички активности во зависност од дијагнозата на студентот</p> <p>Г. Изборни програми за студентите од повисоките години на студии</p> <p>Д. програм - спорски натпревари</p>			
11	Методи на учење: Метода на жив збор, метода на демонстрирање, метод на практично вежбање (синтетичка, аналитичка, комплексна), метод на спортски тренинг.			
12	Вкупен расположив фонд на време	30 часа		
13	Распределба на расположивото време	Вежби – 30 часа		
14	Форми на наставните активности	14.1.	Предавања- теоретска настава	0 часови
		14.2.	Семинари и тимска работа	30 часови
15	Други форми на активности	15.1.	Проектни задачи	0 часови
		15.2.	Самостојни задачи	0 часови
		15.3.	Домашно учење	0 часови
16	Начин на оценување	Оценувањето е описно – положил - неположил		
17	Критериуми за оценување (бодови/ оценка)	За да добие описна оценка – положил, студентот е должен да ја посетувал и активно да учествувал во практичната настава на најмалку 60% од часовите.		

18	Услов за потпис и полагање на завршен испит	Минимум 60% да ја посетува редовно наставата, и активно да учествува во реализирање на наставните содржини предвидени со програмата.				
19	Јазик на кој се изведува наставата	Македонски јазик				
20	Метод на следење на квалитетот на наставата	Самоевалуација од страна студентите, контрола на асистентите во изведување на практичната настава и проценка на постигнатиот успех на студентите, како и проодноста на студентите кои го положиле предметот				
21	Литература					
	21.1.	Задолжителна литература				
		Ред . бр.	Автор	Наслов	Издавач	Година
		1.	Попис на литературата се добива кај предметниот наставник во зависност од изборот на кинезиолошката активност.			
		2.				
		3.				
	21.2.	Дополнителна литература				
Ред . бр.		Автор	Наслов	Издавач	Година	
1		Garrett W., Kirkendall D.	Exercise and Sport Science 1st Edition	LWW	2000	