

**U NASTAVKU SU DATI PRIMERI ZADATAKA KOJI SE POLAŽU
U OKVIRU PRAKTIČNOG ISPITA**

**PRAKTIČNO IZVOĐENJE (DEMONSTRACIJA), KAO I PRIPREMA
POLIGONA (SPRAVA, REKVIZITA, PROSTORA) ZA IZVOĐENJE
SLEDEĆIH MOTORIČKIH AKTIVNOSTI:**

- različiti oblici hodanja
- različiti oblici trčanja
- različiti oblici puzanja
- različiti oblici provlačenja
- različiti oblici kotrljanja
- pripremne vežbe za kolut napred i nazad
 - izvođenje koluta napred i nazad
 - izvođenje skoka udalj iz mesta
 - izvođenje skoka udalj iz zaleta
 - izvođenje skoka uvis iz mesta
 - izvođenje skoka uvis iz zaleta
 - izvođenje skoka udalj iz mesta
 - izvođenje skoka “u dubinu”
 - različiti oblici potiskivanja
 - različiti oblici vučenja
 - hvatanje i dodavanje lopte
 - gađanje
- kompleks vežbi za razvoj mišićnih grupa
 - vežbe za razvoj mišića vrata
- vežbe za razvoj mišića ramenog pojasa i ruku
 - vežbe za razvoj mišića trupa
 - vežbe za razvoj mišića nogu i stopala

Praktičan ispit = max. 34 bod.

16 - 19 bod. = ocena 6

20 - 23 = ocena 7

24 - 27 = ocena 8

28 - 31 = ocena 9

32 - 34 = ocena 10

**PRAKTIKUM IZ FIZIČKOG VASPITANJA – PARCIJALNO
POLAGANJE (za studente koji su redovno pohađali vežbe)**

Redovnost i aktivnost na vežbama = max. 34 boda

Ispit – max. 60 bod.

36 – 40 bodova = ocena 6

41 – 45 bodova = ocena 7

46 – 50 bodova = ocena 8

51 – 55 bodova = ocena 9

56 - 60 bodova = ocena 10

Rekvizit = 6 bodova

KONAČNA OCENA

55 - 64 – OCENA 6

65 - 74 – OCENA 7

75 - 84 – OCENA 8

85 - 94 – OCENA 9

95 - 100 – OCENA 10

**PRAKTIKUM IZ FIZIČKOG VASPITANJA – POLAGANJE
CELOKUPNOG ISPITA (za studente koji nisu redovno pohađali
vežbe)**

Praktičan ispit = max. 34 bod.

16 - 19 bod. = ocena 6

20 - 23 = ocena 7

24 - 27 = ocena 8

28 - 31 = ocena 9

32 - 34 = ocena 10

Ispit = max. 60 bod.

36 – 40 bodova = ocena 6

41 – 45 bodova = ocena 7

46 – 50 bodova = ocena 8

51 – 55 bodova = ocena 9

56 - 60 bodova = ocena 10

Rekvizit = 6 bodova

KONAČNA OCENA

55 - 64 – OCENA 6

65 - 74 – OCENA 7

75 - 84 – OCENA 8

85 - 94 – OCENA 9

95 - 100 – OCENA 10

Dr Nataša Sturza Milić