Табела 5.2.Спецификација предмета

Спецификацију треба дати за сваки предмет из студијског програма.

Студијски програм : Мастер академске студије – Физичка активност, здравље и терапија вежбања			
Назив предмета: Модалитети психолошке припреме у врхунском спорту			
Наставник/наставници: **Вуковић Оливера (руководилац),** Муњиза Ана, Лачковић Маја			
Статус предмета:Изборни			
Број ЕСПБ:5			
Услов:положени испити првог семестра			
Циљ предмета Циљ предмета је омогућити студентима мастер студија боље разумевање и усвајање знања о модалитетима психолошке подршке и припреме у врхунском спорту. Такође, стицање знања о могућностима практичне апликације ових метода.			
Исход предмета Очекује се да студенти мастер студија буду оспособљени за дизајнирање и извођење различитих типова савремених базичних и клиничких истраживања у области психолошке процене и припреме врхунских спортиста. Очекује се да студенти буду оспособљени за анализу и интерпретацију резултата истраживања у складу са актуелним сазнањима базичних и примењених истраживања. Такође да буду оспособљени за практичну примену стечених знања, односно психолошку припрему за такмичење.			
Садржај предмета *Теоријска и практична настава* Теоријске и методолошке основе психологије спорта. Актуелна теоријска и практична питања и знања у психологији спорта. Кључне детерминанте понашања у спорту: ситуација, личност и интеракција. Значај психолошке процене спортиста. Мотивација у спорту. Спортско самопоуздање. Емоције у спорту. Извори стреса у спорту и начини превладавања. Агресивност у спорту. Пажња и концентрација. Учење моторних вештина. Технике и вештине психолошке припреме за наступе. Примена психотерапијских техника у спорту. Спортски колективи: групна динамика, кохезивност, вођство. Основи успешне комуникације између актера у спорту. Примена биофидбек апарата у дијагностици и тренингу спортиста. Веза између физиолошких реакција и когнитивног функционисања спортиста. Ментална припрема спортиста за повратак након повреде. Синдром сагоревања у спорту. Теоријска настава је праћена извођењем практичне наставе у виду семинара у области примене савремених психолошких метода у популацији врхунских спортиста, као и кроз организовање психолошких радионица.			
Препоручена литература • Lane A. Sport and Exercise Psychology, 2nd Edition. Routledge, 2016. • Van Raalte JL, Brewer BW. Exploring Sport and Exercise Psychology, 3rd Edition. American Psychological association, 2014. • Zenko Z, Jones L. Essentials of Exercise and Sport Psychology: An Open Access Textbook Society for Transparency, Openness, and Replication in Kinesiology. OMP/PKP, 2021. • Lox CL, Ginis KAM, Petruzzello SJ. The Psychology of Exercise: Integrating Theory and Practice. Holcomb Hathaway, 2014. • Buckworth J, Dishman R, O'Connor O, Tomporowski P. Exercise Psychology, 2nd Edition. Human Kinetics, 2013. • On line resursi			
Број часова активне наставе 8	**Теоријска настава: 4**	**Практична настава: 4**	
Методе извођења наставе Комбинација предавања, контакт часова, студентских презентација, семинара и практичне наставе			
Оцена знања (максимални број поена 100)			
Предиспитне обавезе	поена	**Завршни испит**	поена

активност у току предавања	**5**	писмени испит	**70**
практична настава/задаци	**5**	усмени испт	
колоквијум-и		.....	
семинар-и (решавање проблема)	**20**		
Начин провере знања могу бити различити наведено у табели су само неке опције: (писмени испити, усмени испт, презентација пројекта, семинари итд.....			
*максимална дужна 2 странице А4 формата			