

POPIS PREDMETA							
SEMESTAR: 5.semestar							
KOD	NOSITELJ PREDMETA	PREDMET	SATI U SEMESTRU				ECTS
			P	S	T	V	
	Prof. dr. sc. Nenad Rogulj	Kineziološka i antropološka analiza rukometa	60	0	0	45	6
	Prof. dr. sc. Nenad Rogulj	Metodika treninga rukometa 1	30	0	0	15	3

POPIS PREDMETA							
SEMESTAR: 6.semestar							
KOD	NOSITELJ PREDMETA	PREDMET	SATI U SEMESTRU				ECTS
			P	S	T	V	
	Prof. dr. sc. Nenad Rogulj	Programiranje i kontrola treninga rukometa	60	0	0	30	5
	Prof. dr. sc. Nenad Rogulj	Metodika treninga rukometa 2	30	0	0	30	3

NAZIV PREDMETA		KINEZIOLŠKA I ANTROPOLOŠKA ANALIZA RUKOMETNA				
Kod		Godina studija	3.			
Nositelj/i predmeta	Prof.dr.sc. Nenad Rogulj Doc.dr.sc. Marijana Čavala	Bodovna vrijednost (ECTS)	9			
Suradnici		Način izvođenja nastave (broj sati u semestru)	P	S	T	KV
			60	0	0	45
Status predmeta	Izborni modul	Postotak primjene e-učenja				
OPIS PREDMETA						
Ciljevi predmeta	Osposobiti studenta za usvajanje metodologije, metoda i postupaka kineziološke i antropološke analize rukometa					
Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet	Položen obvezni predmet Teorija i metodika rukometa					
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja)	<ul style="list-style-type: none"> -opisati kineziološke strukture rukometa -primijeniti metodološke postupke kineziološke analize rukometa -analizirati antropološka obilježja rukometaša i rukometašica -objasniti kineziološke i antropološke modele u rukometu -razlikovati taktičke modele u rukometu -upotrebljavati metode za kinematičku, kinetičku i anatomsku analizu kinezioloških struktura rukometa -mjeriti antropološke značajke rukometaša i rukometašica 					
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Nastavni sat predavanja		Nastavu izvodi			
	Analiza cikličkih kinezioloških aktivnosti rukometne igre (4 sata)		Dr.sc. Nenad Rogulj			
	Analiza acikličkih kinezioloških aktivnosti rukometne igre (4 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Analiza kinezioloških struktura igre u situacijskim i natjecateljskim uvjetima (4 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Analiza parametara situacijske učinkovitosti igrača (4 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Analiza parametara situacijske učinkovitosti ekipe i igre (4 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Analiza kinematičkih, kinetičkih, elektromiografskih, anatomskih i energetskih parametara kinezioloških struktura rukometne igre (4 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Kineziološki modeli igre u napadu (4 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Kineziološki modeli igre u obrani i tranziciji (4 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Analiza taktičkih modela igre u natjecateljskim uvjetima (4 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Antropološka obilježja rukometaša i rukometašica (motorička, morfološka, funkcionalna, kognitivna, konativna, sociološka) (4 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Analiza utjecaja antropoloških obilježja na uspjeh u rukometu (4 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Jednadžba specifikacije u rukometu (4 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Antropološki modeli vrhunskih rukometaša različitih dobnih kategorija (4 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			

	Antropološki modeli vrhunskih rukometašica različitih dobnih kategorija (4 sata)	Dr.sc. Marijana Čavala				
	Metode i postupci u procesu odabira u rukometu (selekcija) (4 sata)	Dr.sc. Marijana Čavala				
	Nastavni sat vježbi	Nastavu izvodi				
	Analiza cikličkih kinezioloških aktivnosti rukometne igre (4 sata)	Dr.sc. Nenad Rogulj				
	Analiza acikličkih kinezioloških aktivnosti rukometne igre (4 sata)	Dr.sc. Marijana Čavala				
	Analiza kinezioloških struktura igre u situacijskim i natjecateljskim uvjetima (4 sata)	Dr.sc. Marijana Čavala				
	Analiza parametara situacijske učinkovitosti igrača (4 sata)	Dr.sc. Marijana Čavala				
	Analiza parametara situacijske učinkovitosti ekipe i igre (4 sata)	Dr.sc. Marijana Čavala				
	Analiza kinematičkih, kinetičkih, elektromiografskih, anatomskih i energetske parametara kinezioloških struktura rukometne igre (5 sati)	Dr.sc. Marijana Čavala				
	Analiza kinezioloških modela igre u napadu, obrani i tranziciji (5 sati)	Dr.sc. Marijana Čavala				
	Analiza taktičkih modela igre u natjecateljskim uvjetima (5 sati)	Dr.sc. Marijana Čavala				
	Analiza antropoloških modela vrhunskih rukometaša različitih dobnih kategorija (5 sati)	Dr.sc. Marijana Čavala				
Analiza antropoloških modela vrhunskih rukometašica različitih dobnih kategorija (5 sati)	Dr.sc. Marijana Čavala					
Vrste izvođenja nastave:	x predavanja x seminari i radionice x vježbe <input type="checkbox"/> on line u cijelosti <input type="checkbox"/> mješovito e-učenje <input type="checkbox"/> terenska nastava	<input type="checkbox"/> samostalni zadaci <input type="checkbox"/> multimedija <input type="checkbox"/> laboratorij <input type="checkbox"/> mentorski rad <input type="checkbox"/> (ostalo upisati)				
Obveze studenata	Sudjelovanje u nastavi, seminarima, vježbama, kolokvijima, testovima i ispitima					
Praćenje rada studenata (upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):	Pohađanje nastave	3,6	Istraživanje	0	Praktični rad	1,8
	Eksperimentalni rad	0	Referat	0	Ostalo	0
	Esej	0	Seminarski rad	0	Ostalo	0
	Kolokviji	2,6	Usmeni ispit	0	Ostalo	0
	Pismeni ispit	1,0	Projekt	0	Ostalo	0
Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu	Završna ocjena na predmetu određuje se temeljem ostvarenih bodova iz: → Kolokvija → Završnog pismenog ispita Kolokviji Kolokviji će se permanentno održavati po završetku pojedinih dijelova nastavnog gradiva, unutar nastavne satnice, a prema utvrđenom rasporedu. U slučaju da student ne položi kolokvije u zadanim terminima, biti će mu omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a prije ispitnog termina. Pismeni dio ispita					

	Pismeni dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da su prethodno položeni svi kolokviji. Ukoliko student nije zadovoljan konačnom ocjenom, može pristupiti nakon pismenog dijela ispita na usmenu provjeru.		
Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija)	Naslov	Broj primjeraka u knjižnici	Dostupnost putem ostalih medija
	Tomljanović, V., Z. Malić (1982). Rukomet - teorija i praksa. Sportska tribina, Zagreb.	5	20
	Dijagnostika treniranosti sportaša (1997) (ur. D. Milanović i S. Heimer). Fakultet za fizičku kulturu i drugi, Zagreb.	5	20
	Vuleta, D. (1997). Kineziološka analiza tehničko-taktičkih sadržaja rukometne igre. (Disertacija). Fakultet za fizičku kulturu, Zagreb.	5	20
	Rogulj, N.. (2003). Učinkovitost taktičkih modela u rukometu (Disertacija), Kineziološki fakultet u Zagrebu, Zagreb.	5	20
	Rogulj, N., N. Foretić (2007). Škola rukometa. Grifon, Split.	5	20
Dopunska literatura	<ul style="list-style-type: none"> • MacDougal, J., H. Wenger, H. Green (1991). Physiological testing of the high performance athlete. Human Kinetics, Champaign. • Zvonarek, N., D. Vuleta, Ž. Hraski (1997). Kinematička analiza dviju različitih tehnika izvođenja skok šuta u rukometu. Zbornik radova 1. međunarodne znanstvene konferencije Kineziologija - sadašnjost i budućnost, Dubrovnik, 25.-28. rujna, str. 180-182. • Vuleta, D., D. Milanović, H. Sertić (1999). Latent structure of the spatial, phasic, positional and movement characteristics of the handball game. Kinesiology, 31(1).37-53. • Vuleta, D., D. Milanović, I. Jukić (1999). Dijagnostika motoričkih sposobnosti kao kriterij za selekciju vrhunskih rukometaša. Zbornik radova 2. međunarodne konferencije Kineziologija za 21. stoljeće?, 22.-26.09.1999, Dubrovnik, 310-312. • Rogulj N. (2000). Differences in situation-related indicators of handball game in relation to the achieved competitive results of the teams at 1999 World Championship in Egypt. Kinesiology, 32 (2), 63-74. • Rogulj, N. (2000). Tehnika, taktika i trening vratara u rukometu. Fakultet prirodoslovno matematičkih znanosti i odgojnih područja u Splitu, Split. • Srhoj, V., N. Rogulj, M. Padovan, R. Katić (2001). Influence of the attack end conduction on match result in Handball. Collegium Antropologicum, 25 (2):611-617. • Srhoj, V., N. Rogulj, (2001). Prostorno-vremenska optimalizacija tehničko-taktičkih aktivnosti u napadu kao bitan činioc situacijske uspješnosti u vrhunskom rukomet. Zbornik radova XXV seminaru trenera Hrvatskog rukometnog saveza, Pula, str. 57-60. • Srhoj, V., M. Marinović, N. Rogulj (2002). Position specific morphological characteristics of top-level male handball players. Collegium Antropologicum, 26 (1):219-227. • Čavala, M., N. Rogulj, V. Srhoj (2002). Basic and situation-related motor characteristics of female handball players in younger age groups. Zbornik radova 3rd International scientific conference Kinesiology new perspectives, Opatija, str. 272-275. • Rogulj, N., V. Papić (2004). Arm adduction-abduction kinematic characteristics of handball goalkeeper. Workshop on signals and systems in human motion-SOFTCOM, Split, str. 52- 56. 		
Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja	Unutrašnja (studentska anketa) i vanjska evaluacija kvalitete nastave		
Ostalo (prema mišljenju predlagatelja)			

NAZIVPREDMETA	METODIKA TRENINGA RUKOMETA I					
Kod		Godina studija	3.			
Nositelj/i predmeta	Prof.dr.sc. Nenad Rogulj Doc.dr.sc.Marijana Čavala	Bodovna vrijednost (ECTS)	3			
Suradnici		Način izvođenja nastave (broj sati u semestru)	P	S	T	KV
			30	0	0	15
Status predmeta	Izborni modul	Postotak primjene e-učenja				
OPIS PREDMETA						
Ciljevi predmeta	Osposobiti studenta za primjenu metodskih postupaka usvajanja i treninga motoričkih znanja u rukometu					
Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet	Položen obvezni predmet Teorija i metodika rukometa					
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja)	provesti metodske postupke za usvajanje tehničkih elemenata iz rukometa odabrati trenažne operatore tehničke pripreme u rukometu razlikovati metodske forme i organizacijske oblike treninga u rukometu predlagati nove trenažne operatore tehničke pripreme u rukometu organizirati procese motoričkog učenja u rukometu izvoditi metodske vježbe za usvajanje elemenata tehnike rukometa					
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Nastavni sat predavanja		Nastavu izvodi			
	Opći principi i pravila u konstrukciji trenažnih procesa (2 sata)		Dr.sc. Nenad Rogulj			
	Specijalni principi i pravila u konstrukciji treninga za usavršavanje motoričkih znanja (2 sata)		Dr.sc. Nenad Rogulj			
	Metode i postupci za učenje, usvajanje i usavršavanje općih motoričkih znanja iz rukometne igre bez lopte (2 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Metode i postupci za učenje, usvajanje i usavršavanje specijalnih motoričkih znanja iz rukometne igre bez lopte u obrani (2 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Metode i postupci za učenje, usvajanje i usavršavanje motoričkih znanja iz rukometne igre s loptom (2 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Trenažni operatori i opterećenja u treningu motoričkih znanja za seniore (2 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Trenažni operatori i opterećenja u treningu motoričkih znanja za mlađe dobne skupine (2 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Postupci identifikacije grešaka motoričkih znanja u rukometu bez lopte (2 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Postupci identifikacije grešaka motoričkih znanja u rukometu s loptom (2 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Metodski postupci za otklanjanje grešaka motoričkih znanja u rukometu bez lopte (2 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Metodski postupci za otklanjanje grešaka motoričkih znanja u rukometu s loptom (2 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Integralni metodski postupci i trenažni sadržaji za usvajanje motoričkih znanja iz rukometa (2 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Situacijsko-natjecateljski metodski postupci i trenažni sadržaji za usvajanje motoričkih znanja iz rukometa (2 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Metodičke forme, organizacijski oblici rada, trenažna pomagala, rekviziti i lokaliteti u treningu motoričkih znanja u rukometu (2 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Informacijska tehnologija i suvremena tehnička pomagala u treningu motoričkih znanja u rukometu (2 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Nastavni sat vježbi		Nastavu izvodi			
	Uvježbavanje općih motoričkih znanja iz rukometne igre bez lopte (1 sat)		Dr.sc. Nenad Rogulj			
	Uvježbavanje specijalnih motoričkih znanja iz rukometne igre bez lopte u obrani (1 sat)		Dr.sc. Nenad Rogulj			

	Uvježbavanje motoričkih znanja iz rukometne igre s loptom (1 sat)				Dr.sc. Marijana Čavala	
	Identifikacije grešaka u motoričkim znanjima (1 sat)				Dr.sc. Marijana Čavala	
	Provedba postupka otklanjanja grešaka motoričkih znanja bez lopte (1 sat)				Dr.sc. Marijana Čavala	
	Provedba postupka otklanjanja grešaka motoričkih znanja s loptom (2 sata)				Dr.sc. Marijana Čavala	
	Operatori integralnog treninga motoričkih znanja u rukometu (2 sata)				Dr.sc. Marijana Čavala	
	Operatori situacijsko-natjecateljskog treninga motoričkih znanja u rukometu (2 sata)				Dr.sc. Marijana Čavala	
	Artikulacija, organizacija i infrastruktura treninga motoričkih znanja (2 sata)				Dr.sc. Marijana Čavala	
	Rukovanje tehničkim pomagalicama u treningu motoričkih znanja (2 sata)				Dr.sc. Marijana Čavala	
Vrste izvođenja nastave:	x predavanja x seminari i radionice x vježbe <input type="checkbox"/> <i>on line</i> u cijelosti <input type="checkbox"/> mješovito e-učenje <input type="checkbox"/> terenska nastava		<input type="checkbox"/> samostalni zadaci <input type="checkbox"/> multimedija <input type="checkbox"/> laboratorij <input type="checkbox"/> mentorski rad <input type="checkbox"/> (ostalo upisati)			
Obveze studenata	Sudjelovanje u nastavi, seminarima, vježbama, kolokvijima, testovima i ispitima 0					
Praćenje rada studenata (<i>upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta</i>):	Pohađanje nastave	0,5	Istraživanje	0	Praktični rad	1,2
	Eksperimentalni rad	0	Referat	0	Ostalo	0
	Esej	0	Seminarski rad	0	Ostalo	0
	Kolokviji	0,8	Usmeni ispit	0	Ostalo	0
	Pismeni ispit	0,5	Projekt	0	Ostalo	0
Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu	Završna ocjena na predmetu određuje se temeljem ostvarenih bodova iz: → Kolokvija → Završnog pismenog ispita Kolokviji Kolokviji će se permanentno održavati po završetku pojedinih dijelova nastavnog gradiva, unutar nastavne satnice, a prema utvrđenom rasporedu. U slučaju da student ne položi kolokvije u zadanim terminima, biti će mu omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a prije ispitnog termina. Pismeni dio ispita Pismeni dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da su prethodno položeni svi kolokviji. Ukoliko student nije zadovoljan konačnom ocjenom, može pristupiti nakon pismenog dijela ispita na usmenu provjeru.					
Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija)	Naslov			Broj primjeraka u knjižnici	Dostupnost putem ostalih medija	
	Milanović, D. (1997). Priručnik za sportske trenere. Fakultet za fizičku kulturu, Zagreb.			5	20	
	Rogulj, N. (2001). Modeliranje natjecateljskog mikrociklusa u rukometu. Zbornik radova X ljetne škole pedagoga fizičke kulture, Poreč, str. 208-211.			5	20	

	Rogulj, N., D. Vuleta, D. Milanović (2003). Modeliranje treninga brzinske izdržljivosti u vrhunskom rukometu. Zbornik radova Međunarodnog znanstveno-stručnog skupa. Kondicijska priprema sportaša, Zagreb, str. 511-513.	5	20
	Rogulj, N., N. Foretić (2007). Škola rukometa. Grifon, Split.	5	20
	Srhoj, V., N. Rogulj (2001). Utjecaj programiranog trenažnog procesa u pripremnom razdoblju na motoričku efikasnost vrhunskih rukometaša. Zbornik radova X ljetne škole pedagoga fizičke kulture, Poreč, str. 80-82.	5	20
Dopunska literatura	<ul style="list-style-type: none"> • Milanović, D., S. Heimer, I. Jukić (2001). Programiranje opterećenja u sportu. Zbornik radova 10. ljetne škole pedagoga fizičke kulture Republike Hrvatske, Poreč, str. 16-23. • Milanović, D. (ur) (2002). Dopunski sadržaji sportske pripreme. Zbornik radova 11. zagrebačkog sajma sporta i nautike. Zagreb. • Papić V., N. Rogulj, V. Srhoj, M. Čavala (2003). Game theory application for the 7-m throw in handball. Book of abstracts 8th Annual Congress European College of Sport Science, Salzburg, str. 123. • Rogulj, N., V. Papić, V. Srhoj (2002). Proposal of a novel methodological approach to the t tactics analysis in sport games. Zbornik radova 3rd International scientific conference, Kinesiology new perspectives, Opatija, str. 628-631. • Rogulj, N., V. Srhoj, M. Čavala (2004). The training programming during the competition microcycle in handball. Handball periodical, (1):65:71. • Rogulj, N. (2002). Metodika obuke vratara i specifičnosti njihove selekcije i razvoja. Zbornik radova XXVI seminara trenera Hrvatskog rukometnog saveza, Pula, str. 167-171. • Rogulj N., V. Srhoj (2003). Wie beeinflusst die Torwurfrichtung das Spielergebnis im Spitzenhandball. Leistungssport, (1):50-53. 		
Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja	Unutrašnja (studentska anketa) i vanjska evaluacija kvalitete nastave		
Ostalo (prema mišljenju predlagatelja)			

NAZIV PREDMETA	PROGRAMIRANJE I KONTROLA TRENINGA RUKOMETA					
Kod		Godina studija	3.			
Nositelj/i predmeta	Prof.dr.sc. Nenad Rogulj Doc.dr.sc. Marijana Čavala	Bodovna vrijednost (ECTS)	6			
Suradnici		Način izvođenja nastave (broj sati u semestru)	P	S	T	KV
			60	0	0	30
Status predmeta	Izborni modul	Postotak primjene e-učenja				
OPIS PREDMETA						
Ciljevi predmeta	Osposobiti studenta za kreiranje planova i programa trenažnih i edukacijskih procesa u rukometu					
Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet	Položen obvezni predmet Teorija i metodika rukometa					
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja)	<p>planirati trenažne procese u rukometu</p> <p>napraviti programe treninga u rukometu</p> <p>analizirati sportsku formu i efekte trenažnih procesa</p> <p>objasniti cilj, zadaće, metode i postupke planiranja i programiranja treninga</p> <p>predlagati inovativne planove i programe treninga u rukometu</p> <p>organizirati provedbu planiranih i programiranih treninga</p> <p>prikazati provedbu planiranih i programiranih treninga</p>					
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Nastavni sat predavanja		Nastavu izvodi			
	Planiranje treninga u rukometu (cilj, zadaće, kalendar natjecanja) (4 sata)		Dr.sc. Nenad Rogulj			
	Periodizacija sportske pripreme (4 sata)		Dr.sc. Nenad Rogulj			
	Dugoročno, srednjoročno, godišnje i tekuće programiranje treninga u rukometu (4 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Operativno planiranje i programiranje mikrociklusa (4 sata)		Dr. sc. Marijana Čavala			
	Operativno planiranje i programiranje pojedinačne trenažne jedinice (4 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Distribucija metoda, organizacijskih formi, oblika rada, trenažnih operatora, rekvizita i pomagala u trenažnom procesu (4 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Trenažni operatori tehničke, taktičke, kondicijske i psiho-sociološke pripreme za pojedine dobne kategorije u muškom rukometu (4 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Trenažni operatori tehničke, taktičke, kondicijske i psiho-sociološke pripreme za pojedine dobne kategorije u ženskom rukometu (4 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Raspored, doziranje i optimizacija ekstenziteta te intenziteta opterećenja i operatora treninga za seniore i seniorke (4 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Raspored, doziranje i optimizacija ekstenziteta te intenziteta opterećenja i operatora treninga za mlađe dobne skupine (4 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Modeliranje sportske forme u pripremnom razdoblju (4 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			

	Modeliranje sportske forme u natjecateljskom razdoblju (4 sata)	Dr.sc. Marijana Čavala				
	Modeliranje sportske forme u prijelaznom razdoblju (4 sata)	Dr.sc. Marijana Čavala				
	Dijagnostika i kontrola stanja treniranosti, sportske forme i trenažnih efekata (4 sata)	Dr.sc. Marijana Čavala				
	Analiza efikasnosti provedbe trenažnog procesa u odnosu na promjene antropološkog statusa, parametre situacijske učinkovitosti i natjecateljsku uspješnost (4 sata)	Dr.sc. Marijana Čavala				
	Nastavni sat vježbi					
	Nastavu izvodi					
	Analiza i izrada programa godišnjeg ciklusa (3 sata)	Dr.sc. Nenad Rogulj				
	Analiza i izrada programa tjednog mikrociklusa (3 sata)	Dr.sc. Nenad Rogulj				
	Analiza i izrada programa treninga pojedinačne trenažne jedinice (3 sata)	Dr.sc. Marijana Čavala				
	Analiza, izbor i programiranje trenažnih operatora tehničke, taktičke, kondicijske i psiho-sociološke pripreme za pojedine dobne kategorije u muškom rukometu (3 sata)	Dr.sc. Marijana Čavala				
	Analiza, izbor i programiranje trenažnih operatora tehničke, taktičke, kondicijske i psiho-sociološke pripreme za pojedine dobne kategorije u ženskom rukometu (3 sata)	Dr.sc. Marijana Čavala				
	Analiza i utvrđivanje ekstenziteta te intenziteta opterećenja i operatora treninga za seniore i seniorke (3 sata)	Dr.sc. Marijana Čavala				
	Analiza i utvrđivanje ekstenziteta te intenziteta opterećenja i operatora treninga za mlađe dobne skupine (3 sata)	Dr.sc. Marijana Čavala				
	Izrada plana i programa trenažnog procesa za pripremno, natjecateljsko i prijelazno razdoblje (3 sata)	Dr.sc. Marijana Čavala				
Protokol i postupci za kontrolu stanja treniranosti, sportske forme i trenažnih efekata (3 sata)	Dr.sc. Marijana Čavala					
Protokol i postupci za analizu efikasnosti provedbe trenažnog procesa u odnosu na promjene antropološkog statusa, parametre situacijske učinkovitosti (3 sata)	Dr.sc. Marijana Čavala					
Vrste izvođenja nastave:	x predavanja x seminari i radionice x vježbe <input type="checkbox"/> on line u cijelosti <input type="checkbox"/> mješovito e-učenje <input type="checkbox"/> terenska nastava	<input type="checkbox"/> samostalni zadaci <input type="checkbox"/> multimedija <input type="checkbox"/> laboratorij <input type="checkbox"/> mentorski rad <input type="checkbox"/> (ostalo upisati)				
	Obveze studenata	Sudjelovanje u nastavi, seminarima, vježbama, kolokvijima, testovima i ispitima				
Praćenje rada studenata (upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):	Pohađanje nastave	1,0	Istraživanje	0	Praktični rad	2,4
	Eksperimentalni rad	0	Referat	0	Ostalo	0
	Esej	0	Seminarski rad	0	Ostalo	0
	Kolokviji	2,1	Usmeni ispit	0	Ostalo	0
	Pismeni ispit	0,5	Projekt	0	Ostalo	0

<p>Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu</p>	<p>Završna ocjena na predmetu određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:</p> <ul style="list-style-type: none"> → Kolokvija → Završnog pismenog ispita <p>Kolokviji Kolokviji će se permanentno održavati po završetku pojedinih dijelova nastavnog gradiva, unutar nastavne satnice, a prema utvrđenom rasporedu.</p> <p>U slučaju da student ne položi kolokvije u zadanim terminima, biti će mu omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a prije ispitnog termina.</p> <p>Pismeni dio ispita Pismeni dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da su prethodno položeni svi kolokviji. Ukoliko student nije zadovoljan konačnom ocjenom, može pristupiti nakon pismenog dijela ispita na usmenu provjeru.</p>		
<p>Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija)</p>	<p style="text-align: center;">Naslov</p>	<p style="text-align: center;">Broj primjeraka u knjižnici</p>	<p style="text-align: center;">Dostupnost putem ostalih medija</p>
	<p>Milanović, D., S. Valentić, N. Zvonarek (1988). Kontrola treniranosti jedne ekipe vrhunskih rukometašica u dijelu godišnjeg ciklusa treninga. <i>Kineziologija</i>, 20 (2):135-142.</p>	<p style="text-align: center;">5</p>	<p style="text-align: center;">20</p>
	<p>Željaskov, C. (1998). Kriteriji za vrhunsku formu u visoko rangiranih uspješnih sportaša. <i>Kineziologija</i>, (2): 38-47.</p>	<p style="text-align: center;">5</p>	<p style="text-align: center;">20</p>
	<p>Srhoj, V., N. Rogulj (2001). Utjecaj programiranog trenažnog procesa u pripremnom razdoblju na motoričku efikasnost vrhunskih rukometaša. <i>Zbornik radova X ljetne škole pedagoga fizičke kulture, Poreč, str. 80-82.</i></p>	<p style="text-align: center;">5</p>	<p style="text-align: center;">20</p>
	<p>Rogulj, N., V. Srhoj, M. Čavala (2004). The training programming during the competition microcycle in handball. <i>Handball periodical</i>, (1):65:71.</p>	<p style="text-align: center;">5</p>	<p style="text-align: center;">20</p>
	<p>Rogulj, N., N. Foretić (2007). <i>Škola rukometa</i>. Grifon, Split.</p>	<p style="text-align: center;">5</p>	<p style="text-align: center;">20</p>
<p>Dopunska literatura</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Muller, M., H. Stein i I. Konzag (1992). <i>Handball spielend trainieren</i>. Berlin:Sportverlag GmbH. • Hasan, A., J. Ramadan, T. Reilly.(1999).A motion analysis of work-rate and heart rate of elite handball players. <i>Zbornik radova 4. Annual Congress of the European College of Sport Science, Rim, 535.</i> • Milanović, D., I. Jukić, D. Vuleta (2002). Planiranje i programiranje u području sporta. <i>Zbornik radova 11. Ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske, Rovinj, str. 15-25.</i> • Bojić,L, D. Vuleta, Z. Šimenc (2002). Utjecaj programiranog trenažnog procesa na razvoj nekih motoričkih sposobnosti kod vrhunskih rukometašica. <i>Zbornik radova 11. Ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske, Rovinj, str. 53-56.</i> • Rogulj, N. (2002). Trening specijalne i situacijske fizičke pripreme vratara u rukometu. <i>Metodika obuke vratara i specifičnosti njihove selekcije i razvoja. Zbornik radova XXVI seminara trenera Hrvatskog rukometnog saveza, Pula, str. 173-17.</i> • Jukić, I., D. Milanović (2002). Proporcije različitih tipova programa kondicijskog treninga u dugoročnoj sportskoj pripremi u sportskim igrama. <i>Zbornik radova 11. Ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske, Rovinj, str. 251-253.</i> • Rogulj N., V. Srhoj (2003). <i>Wie beeinflusst die Torwurfriichtung das Spielergebnis im Spitzenhandball. Leistungssport, (1):50-53.</i> • Rogulj, N., Z. Kordi (2003). Situacijski kondicijski trening mlađih dobnih skupina. <i>Zbornik radova XXVII seminara trenera Hrvatskog rukometnog saveza, Zagreb, str. 85-87.</i> • Rogulj, N., D. Vuleta, D. Milanović (2003). Modeliranje treninga brzinske izdržljivosti u vrhunskom rukometu. <i>Zbornik radova Međunarodnog znanstveno-stručnog skupa Kondicijska priprema sportaša, Zagreb, str. 511-513.</i> 		

Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja	Unutrašnja (studentska anketa) i vanjska evaluacija kvalitete nastave
Ostalo (prema mišljenju predlagatelja)	

NAZIVPREDMETA		METODIKA TRENINGA RUKOMETA 2					
Kod		Godina studija	3.				
Nositelj/i predmeta	Prof.dr.sc. Nenad Rogulj Doc.dr.sc. Marijana Čavala	Bodovna vrijednost (ECTS)	3				
Suradnici		Način izvođenja nastave (broj sati u semestru)	P	S	T	KV	
			30	0	0	30	
Status predmeta	Izborni modul	Postotak primjene e-učenja					
OPIS PREDMETA							
Ciljevi predmeta	Osposobiti studenta za primjenu metodskih postupaka u rukometnom treningu						
Uvjeti za upis predmeta i ulazne kompetencije potrebne za predmet	Položen obvezni predmet Teorija i metodika rukometa						
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta (4-10 ishoda učenja)	<p>provesti metodske postupke za usvajanje taktičkih elemenata iz rukometa</p> <p>upotrijebiti metodske postupke za transformaciju antropoloških značajki rukometaša i rukometašica</p> <p>odabrati trenažne operatore za pojedine vidove sportske pripreme u rukometu</p> <p>integrirati trenažne operatore za rukomet</p> <p>predlagati nove trenažne operatore u rukometu</p> <p>organizirati trenažne procese u rukometu</p> <p>izvoditi metodske vježbe za usvajanje elemenata taktike rukometa</p>						
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Nastavni sat predavanja		Nastavu izvodi				
	Metode i postupci za učenje, usvajanje i usavršavanje elemenata taktike rukometne igre u napadu (2 sata)		Dr.sc. Nenad Rogulj				
	Metode i postupci za učenje, usvajanje i usavršavanje elemenata taktike rukometne igre u obrani (2 sata)		Dr.sc. Nenad Rogulj				
	Metode i postupci za identifikaciju i otklanjanje taktičkih grešaka u napadu (2 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala				
	Metode i postupci za identifikaciju i otklanjanje taktičkih grešaka u obrani (2 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala				
	Metode, postupci i trenažni operatori za transformaciju morfoloških značajki važnih za uspjeh u rukometu (2 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala				
	Metode, postupci i trenažni operatori za razvoj i transformaciju motoričkih sposobnosti dominantnih za uspjeh u rukometu (2 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala				
	Metode, postupci i trenažni operatori za razvoj i unapređenje funkcionalnih sposobnosti dominantnih za uspjeh u rukometu (2 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala				
	Metode i postupci za unapređenje psiho-socioloških značajki dominantnih za uspjeh u rukometu (2 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala				
	Metode i postupci psiho-sociološke pripreme u rukometu u odnosu na spol i dobne kategorije (2 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala				
Metode za modeliranje i optimiziranje informacijske komponente opterećenja u trenažnom procesu (2 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala					

	Metode za modeliranje i optimiziranje energetske komponente opterećenja u trenažnom procesu (2 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Metodika integralne sportske pripreme u rukometu (2 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Metodika situacijsko-natjecateljskog treninga u rukometu (2 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Metodičke forme, organizacijski oblici rada, trenažna pomagala i lokaliteti u trenažnom procesu (2 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Suvremena informacijska tehnologija i primjena tehničkih uređaja u rukometnom treningu (2 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Nastavni sat vježbi		Nastavu izvodi			
	Uvježbavanje i usavršavanje elemenata taktike rukometne igre u napadu (3 sata)		Dr.sc. Nenad Rogulj			
	Uvježbavanje i usavršavanje elemenata taktike rukometne igre u obrani (3 sata)		Dr.sc. Nenad Rogulj			
	Trenažni operatori i postupci za transformaciju morfoloških značajki u rukometu (3 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Trenažni operatori i postupci za transformaciju motoričkih sposobnosti u rukometu (3 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Trenažni operatori za transformaciju funkcionalnih sposobnosti u rukometu (3 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Osnovni sadržaji psiho-sociološke pripreme u rukometu u odnosu na spol i dobne kategorije (3 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Operatori integralne sportske pripreme u rukometu (3 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Operatori situacijsko-natjecateljske sportske pripreme u rukometu (3 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
	Artikulacija, organizacija i infrastruktura trenažnog procesa (3 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala			
Korištenje i rukovanje suvremenim tehnološkim i tehničkim pomagalima u rukometnom treningu (3 sata)		Dr.sc. Marijana Čavala				
Vrste izvođenja nastave:		x predavanja x seminari i radionice x vježbe <input type="checkbox"/> on line u cijelosti <input type="checkbox"/> mješovito e-učenje <input type="checkbox"/> terenska nastava		<input type="checkbox"/> samostalni zadaci <input type="checkbox"/> multimedija <input type="checkbox"/> laboratorij <input type="checkbox"/> mentorski rad <input type="checkbox"/> (ostalo upisati)		
Obveze studenata		Sudjelovanje u nastavi, seminarima, vježbama, kolokvijima, testovima i ispitima				
Praćenje rada studenata (upisati udio u ECTS bodovima za svaku aktivnost tako da ukupni broj ECTS bodova odgovara bodovnoj vrijednosti predmeta):	Pohađanje nastave	0,4	Istraživanje	0	Praktični rad	1,1
	Eksperimentalni rad	0	Referat	0	Ostalo	0
	Esej	0	Seminarski rad	0	Ostalo	0
	Kolokviji	1,0	Usmeni ispit	0	Ostalo	0
	Pismeni ispit	0,5	Projekt	0	Ostalo	0
Ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu	Završna ocjena na predmetu određuje se temeljem ostvarenih bodova iz: → Kolokvija → Završnog pismenog ispita					

	<p>Kolokviji Kolokviji će se permanentno održavati po završetku pojedinih dijelova nastavnog gradiva, unutar nastavne satnice, a prema utvrđenom rasporedu.</p> <p>U slučaju da student ne položi kolokvije u zadanim terminima, biti će mu omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a prije ispitnog termina.</p> <p>Pismeni dio ispita Pismeni dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da su prethodno položeni svi kolokviji. Ukoliko student nije zadovoljan konačnom ocjenom, može pristupiti nakon pismenog dijela ispita na usmenu provjeru.</p>		
Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija)	<p style="text-align: center;">Naslov</p>	Broj primjeraka u knjižnici	Dostupnost putem ostalih medija
	<ul style="list-style-type: none"> Milanović, D. (1997). Priručnik za sportske trenere. Fakultet za fizičku kulturu, Zagreb. 	5	20
	<ul style="list-style-type: none"> Rogulj, N. (2001). Modeliranje natjecateljskog mikrociklusa u rukometu. Zbornik radova X ljetne škole pedagoga fizičke kulture, Poreč, str. 208-211. 	5	20
	<ul style="list-style-type: none"> Rogulj, N., D. Vuleta, D. Milanović (2003). Modeliranje treninga brzinske izdržljivosti u vrhunskom rukometu. Zbornik radova Međunarodnog znanstveno-stručnog skupa. Kondicijska priprema sportaša, Zagreb, str. 511-513. 	5	20
	<ul style="list-style-type: none"> Rogulj, N., N. Foretić (2007). Škola rukometa. Grifon, Split. 	5	20
	<ul style="list-style-type: none"> Srhoj, V., N. Rogulj (2001). Utjecaj programiranog trenažnog procesa u pripremnom razdoblju na motoričku efikasnost vrhunskih rukometaša. Zbornik radova X ljetne škole pedagoga fizičke kulture, Poreč, str. 80-82. 	5	20
Dopunska literatura	<ul style="list-style-type: none"> Milanović, D., S. Heimer, I. Jukić (2001). Programiranje opterećenja u sportu. Zbornik radova 10. ljetne škole pedagoga fizičke kulture Republike Hrvatske, Poreč, str. 16-23. Milanović, D. (ur) (2002). Dopunski sadržaji sportske pripreme. Zbornik radova 11. zagrebačkog sajma sporta i nautike. Zagreb. Papić V., N. Rogulj, V. Srhoj, M. Čavala (2003). Game theory application for the 7-m throw in handball. Book of abstracts 8th Annual Congress European College of Sport Science, Salzburg, str. 123. Rogulj, N., V. Papić, V. Srhoj (2002). Proposal of a novel methodological approach to the t tactics analysis in sport games. Zbornik radova 3rd International scientific conference, Kinesiology new perspectives, Opatija, str. 628-631. Rogulj, N., V. Srhoj, M. Čavala (2004). The training programming during the competition microcycle in handball. Handball periodical, (1):65-71. Rogulj, N. (2002). Metodika obuke vratara i specifičnosti njihove selekcije i razvoja. Zbornik radova XXVI seminara trenera Hrvatskog rukometnog saveza, Pula, str. 167-171. Rogulj N., V. Srhoj (2003). Wie beeinflusst die Torwurfriichtung das Spielergebnis im Spitzenhandball. Leistungssport, (1):50-53. 		
Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje utvrđenih ishoda učenja	Unutrašnja (studentska anketa) i vanjska evaluacija kvalitete nastave		
Ostalo (prema mišljenju predlagatelja)			