

Prof. dr Zoran Bogdanovic

Studijski program Sport i Fizicko vaspitanje - III godina

## METODIKA MOTORIČKOG UČENJA I KONTROLE

1. DEFINISANJE POJMOVA U MOTORIČKOM PONAŠANJU ČOVEKA
2. EVOLUCIJA MOTORIČKOG RAZVOJA
3. Teorija dinamičkih sistema
4. KLASIFIKACIJA MOTORIČKIH VEŠTINA
5. Jednodimenzionalne kalsifikacije veština
6. Preciznost pokreta
7. Predvidivost sredine
8. Taksonomija vremenskog ograničenja
9. Multidimenzionalna klasifikacija
10. Merenje motoričkog izvođenja
11. Vreme reakcije
12. KLASIFIKACIJA SPORTOVA
13. FAZE MOTORIČKOG UČENJA
14. FAZE MOTORIČKOG UČENJA
15. Faze učenja kod Fitsa i Poznera
16. Bernštajnove faze učenja
17. Faze učenja po Đentilijevoj
18. INDIKATORI UČENJA MOTORIČKE VEŠTINE
19. Napredak u izvođenju
20. Uloga igre u motoričkom učenju
21. Igranje, učenje i takmičenje
22. Osnovne lokomotorne i manipulativne veštine
23. KOORDINACIJA I KONTROLA POKRETA
24. Propriocepcija
25. Prostorna orijentacija
26. Opažanje prostornih odnosa
27. Kinestetički razvoj
28. Kinestitički osećaj
29. Opažanje tela (svest o telu)
30. RAVNOTEŽA
31. Razvijanje održavanja ravnoteže
32. TRANSFER UČENJA
33. MAKSIMALNO SPORTSKO IZVOĐENJE
34. Psihosocijalna ograničenja
35. Psihosocijalni faktori
36. Namera da se vežba
37. Samoefikasnost
38. Lokus kontrole
39. Prepreke za vežbanje

40. Motivacija
41. Samoregulacija
42. Strategije samoregulacije (Praćenje sopstvenih aktivnosti, Postavljanje ciljeva, Razgovor sa samim sobom, Zamišljanje )
43. VIZUALIZACIJA
44. VIZUALIZACIJA SEBE U SVAKODNEVNIM AKTIVNOSTIMA
45. VIZUALIZACIJA SEBE NA TAKMIČENJU
46. Postavljanje ciljeva
47. OSNOVNE METODE OBUČAVANJA VEŠTINA
48. Osnovne metode motoričkog učenja (sintetička, analitička, kompleksna (kombinovana), postavljanje motoričkih zadataka, imitacija (oponašanje), ilustracija i dramatizacija, poligon).
49. DEMONSTRACIJE - Efikasnost demonstracija
50. IZVOĐENJE DEMONSTRACIJA
51. Teorijska objašnjenja demonstracija
52. Teorije motoričkog učenja
53. Teorija socijalnog učenja
54. Ekološke teorije
55. Učenje iz demonstracija
56. VERBALNE INSTRUKCIJE
57. Implicitno i eksplicitno učenje
58. Verbalni signali
59. VEŽBANJE DELOVA I CELINE
60. Segmentacija
61. Uprošćavanje
62. Usmeravanje pažnje
63. Mentalne vežbe i zamišljanje
64. RASPORED VEŽBANJA
65. POVRATNE INFORMACIJE
66. Intrinzične povratne informacije
67. Ekstrinzične povratne informacije
68. Verbalne forme povratnih informacija
69. NEVERBALNE FORME POVRATNIH INFORMACIJA
70. Oprema
71. Biofidbek
72. Vizuelne povratne informacije
73. Kinematičke povratne informacije
74. DAVANJE EFIKASNIH POVRATNIH INFORMACIJA
75. Povratne informacije o tačnosti i greškama
76. IZRADA PLANA
77. Ko: karakteristike učenika
78. Šta: analiziranje zadatka
79. Gde: spoljašnja sredina
80. Kada: raspored vežbanja
81. Kako: predstavljanje veštine i davanje povratnih informacija

## Literatura

1. Herodek, K. (2006). Opšta antropomotorika. Niš: SIA.
2. Hajbah, P., Rid, G. Kolijer, D. (2011). Motoričko učenje i razvoj. Kanada: Human Kinetics.
3. Li, T. (2011). Motorička kontrola u svakodnevnim radnjama. Kanada: Human Kinetics.
4. Megil, R. (1998). Motoričko učenje i kontrola: koncepti i primena. Dubuque: Brown.