



Ispitna pitanja za predmet *Metodika fizičkog vaspitanja*

1. Definišite pojam *Metodika fizičkog vaspitanja*. Kakav je odnos pedagogije, didaktike i metodike?
2. Šta su kineziološki operatori i kakva im je uloga u radu sa decom?
3. Navedite i objasnite elemente pedagoškog četvorougla na primeru predškolskog fizičkog vaspitanja.
4. Šta su opšte, a šta specifične funkcije fizičkog vaspitanja. Navedite primere.
5. Šta je Hipokinezija i kako nastaje? Navedite i objasnite njene posledice?
6. Šta se podrazumeva pod pojmom „čeličenje organizma” i kako se sprovodi sa decom?
7. Šta je i kako nastaje juvenilna gojaznost? Osvrnite se na trendove gojaznosti kod dece u svetu i Srbiji.
8. Zašto je gojaznost hronična bolest i u kojoj meri je zastupljena među decom predškolskog uzrasta?
9. Kako se izračunava i tumači indeksa telesne mase (BMI) kod dece predškolskog uzrasta?
10. Navedite osnovne metaboličke izvore. Objasnite njihovu ulogu i odnos u pravilnoj ishrani deteta.
11. Od čega zavisi pokretanje energetske izvora? U kojim uslovima se koriste masti za rad mišića?
12. Objasnite logiku programa zdrave redukcije telesne mase kod čoveka (i deteta).
13. Šta je BDNF i kakvu ulogu ima u dečjem motoričkom razvoju?
14. Navedite elemente aparata za kretanje. Objasnite ulogu mišića i mehanizam biomehaničke poluge.
15. Objasnite osnovne mehaničke funkcije zglobova. Kakav je njihov uticaj na fleksibilnost deteta?
16. Navedite osnovne pokrete koji se izvode u zglobu ramena i ilustrujte ih primerima vežbi.
17. Navedite osnovne pokrete koji se izvode u zglobu kuka i ilustrujte ih primerima vežbi.
18. Koji mišići su odgovorni za pregibanje, a koji za opružanje trupa. Navedite karakteristične pokrete.
19. Kojim pokretima se razvijaju mišići-opružači nogu i sedalni mišići?
20. Navedite osnovne položaje tela i navedite njihovu specifičnu primenu u vežbanju sa decom.
21. Navedite i objasnite osnovne vidove (funkcije) kineziterapije. Šta od njih primenjuju vaspitači?
22. Navedite naziv i lokaciju fizioloških krivina kičme, kao i redosled njihovog nastajanja tokom razvoja.
23. Šta je najčešći telesni deformitet kod dece? Zbog čega? Objasnite mehanizam njegovog formiranja.
24. Koje fizičke aktivnosti se najviše primenjuju u cilju prevencije lošeg kifotičnog držanja kod dece?
25. Opišite igre namenjene prevenciji kifotičnog držanja kod dece. Navedite odgovarajuće primere.
26. Opišite igre namenjene prevenciji lordotičnog držanja kod dece. Navedite odgovarajuće primere.
27. Kako nastaju ravna stopala kod dece? Objasnite logiku igara za prevenciju ravnih stopala kod dece?
28. Šta je plantografija i kako se primenjuje u radu sa decom predškolskog uzrasta?
29. Objasnite mogućnosti primene vijače u radu sa decom. Navedite primere igara.
30. Objasnite mogućnosti primene obruča i palica u radu sa decom. Navedite primere igara.