



Ispitna pitanja za predmet *Metodika fizičkog vaspitanja 1*

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?
6. Šta se podrazumeva pod pojmom „čeličenje organizma” i kako se sprovodi sa decom?
7. Šta je i kako nastaje juvenilna gojaznost?
8. Kako se izračunava i tumači indeksa telesne mase (BMI) kod dece predškolskog uzrasta?
9. Zašto je gojaznost hronična bolest i u kojoj meri je zastupljena među decom predškolskog uzrasta?
10. Navedite osnovne metaboličke izvore. Objasnite njihovu ulogu i odnos u pravilnoj ishrani deteta.
11. Kada i pod 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 i objasnite osnovne vidove (funkcije) kineziterapije. Šta od njih primenjuju vaspitači?
15. Navedite naziv i lokaciju fizioloških krivina kičme, kao i redosled njihovog nastajanja tokom razvoja.
16. Šta je i zašto najčešći telesni deformitet kod dece? Kako nastaje?
17. Koje fizičke aktivnosti se najviše primenjuju u cilju prevencije lošeg kifotičnog držanja kod dece?
18. Opišite igre namenjene prevenciji kifotičnog držanja kod dece. Navedite odgovarajuće primere.
19. Koje fizičke aktivnosti se najviše primenjuju u cilju prevencije ravnih stopala kod dece i zašto?
20. Opišite igre namenjene prevenciji kifotičnog držanja kod dece. Navedite odgovarajuće primere.
21. Šta je plantografija i kako se primenjuje u radu sa decom predškolskog uzrasta?
22. Navedite i objasnite elemente aparata za kretanje.
23. Objasnite osnovne mehaničke funkcije zglobova. Kakav je njihov uticaj na fleksibilnost deteta?
24. Navedite osnovne pokrete koji se izvode u zglobu ramena.
25. Navedite osnovne pokrete koji se izvode u zglobu kuka.
26. Koji mišići su odgovorni za pregibanje, a koji za opružanje trupa. Navedite karakteristične pokrete.
27. Kojim pokretima se razvijaju mišići-opružači nogu i sedalni mišići?
28. Navedite osnovne položaje tela i navedite njihovu specifičnu primenu u vežbanju sa decom.
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