

**ИСПИТНА ПИТАЊА – Специјално физичко образовање 2 – посебни део
струковне студије**

Теоријски део

1. Предмет и значај СФО
2. Циљеви СФО
3. Задаци СФО
4. Модел едукације у СФО-у
5. Задаци усмерене обуке
6. Технике усмерене обуке
7. Процеси у усмереној обуци
8. Задаци ситуационе обуке
9. Технике ситуационе обуке
10. Процеси у ситуационој обуци
11. Пропорција трајања основне, усмерене и ситуационе обуке
12. Однос информационах и енергетских (моторичких) третмана
13. Основне карактеристике процеса вежбања
14. Оптерећење у процесу вежбања
15. Тренажна средства
16. Методе рада у едукацији и тренингу
17. Методе учења
18. Методе вежбања
19. Општа физичка припрема
20. Специфична физичка припрема
21. Ситуациона припрема
22. Управљање процесом вежбања
23. Планирање процеса вежбања
24. Програмирање процеса вежбања
25. Циљ процеса вежбања (модел активности)
26. Операционализација циља вежбања
27. Ниво стања у управљеном процесу вежбања
28. Фактори одговорни за едукацију и тренинг
29. Избор и дистрибуција садржаја вежбања
30. Појам тактике СФО и њени елементи
31. Систематизација тактике СФО-а
32. Циљ и задаци тактичког образовања у СФО-у
33. Етапе развоја тактике СФО-а
34. Основ употребе силе
35. Етичко и законито понашање полиције
36. Дефиниција силе
37. Дефиниција отпора
38. Ниво отпора
39. Ниво контроле
40. Категорије контроле осумњиченог

Практични део

1. Варијанте и комбинације кретања и ставова
2. Варијанте и комбинације основних блокова и ударца
 - Кизами зуки, ђаку зуки, ои зуки
 - Кизами зуки, ои зуки, ђаку зуки
 - Кизами зуки, ђаку зуки, емпи учи
 - Кизами зуки, ђаку зуки, мае гери
 - Кизами зуки, ђаку зуки, маваши гери
 - Кизами зуки, деаши бараи, ђаку зуки
 - Ои зуки, ђаку зуки, емпи учи
 - Ои зуки, ђаку зуки, рензуки
 - Ои зуки, ђаку зуки, уракен учи
 - Ои зуки, мае гери, ђаку зуки
 - Ои зуки, маваши гери, ђаку зуки
 - Ои зуки, гјаку зуки, деаши бараи, ђаку зуки
 - Гедан бараи, аге уке, ђаку зуки
 - Гедан бараи, уде уке, ђаку зуки
 - Гедан бараи, аге уке, сото уке, уде уке, ђаку зуки
 - Гедан бараи, уде уке, кизами зуки, ђаку зуки
 - Самбон зуки-самбон уке
3. Основна бацања из кретања: напред и назад, у страну и ротационо
 - Варијанте и комбинације основних бацања
 - Комбинације бацања у истом смеру кретања
 - Комбинације бацања у кретању у назад
 - Комбинације бацања у кретању напред
 - Комбинације бацања у кретањима у страну
 - Комбинације бацања у ротационим кретањима
4. Варијанте и комбинације полуга
 - Варијанте и комбинације полуге на лакту
 - Варијанте и комбинације полуга на шаци и прстима
 - Варијанте и комбинације полуге на рамену
5. Модели контроле лица (употреба средстава принуде-силе, општи принципи довођење лица, пасиван отпор и везивање)
6. Модели одбрана од ненаоружаног напада
 - Модели одбрана од напада руком и ногом
 - Одбрана од полукружног ударца у главу, провлачењем
 - Одбрана од директа, извртањем шаке
 - Одбрана од крошеа, увртањем шаке
 - Одбрана од напада ногом, бацањем о учи гари
 - Одбрана од напада ногом, полугом на колелу
 - Модели одбрана од хватава и обухвата
 - Одбрана од хвата за руку, полугом на лакту преко рамена
 - Одбрана од хвата за руку, полугом на лакту опружањем
 - Одбрана од хвата за руку, полугом на шаци и књучем лакту
 - Одбрана од хвата за одећу, извртањем шаке

- Одбрана од хвата за одећу, увртањем шаке
 - Одбрана од хвата за ревер, бацањем о сото гари
 - Одбрана од обухвата с леђа преко руку, бацањем ипон сеои наге
 - Одбрана од обухвата слеђа испод руку, полугом на шаци и кључем на лакту
 - Одбрана од обухвата спреда преко руку, бацањем уки гоши
 - Одбрана од обухвата спреда испод руку, извртањем главе
 - Модели одбрана од гушења
 - Одбрана од гушења спреда, провлачењем са унутрашње стране
 - Одбрана од гушења, извртањем шаке
 - Одбрана од гушења, увртањем шаке
 - Одбрана од гушења подлактицом слеђа, провлачењем
7. Модели одбрана од наоружаног напада
- Модели одбрана од напада штапом
 - Одбрана од напада штапом од себе, полугом на лакту опружањем
 - Одбрана од напада штапом, потхватним кључем
 - Одбрана од напада штапом, натхватним кључем
 - Одбрана од напада штапом, увртањем шаке
 - Одбрана од напада штапом, бацањем уки гоши
 - Модели одбрана од напада ножем
 - Одбрана од напада ножем, натхватним кључем
 - Одбрана од напада ножем, потхватним кључем
 - Одбрана од напада ножем, одозго бацањем ипон сеои наге
 - Одбрана од напада ножем, увртањем шаке
 - Одбрана од напада ножем од себе, кљичем на горе
 - Одбрана од напада ножем, провлачењем са спољашње стране
 - Одбрана од напада ножем, извртањем шаке
 - Модели одбрана од напада пиштољем
 - Спречавање напада пиштољем, кључем на лакту
 - Спречавање напада пиштољем, полугом на шаци
 - Одбрана од напада пиштољем, извртањем шаке
 - Одбрана од напада пиштољем са леђа, полугом преко рамена

Литература:

Основна литература:

1. Milošević, M., Milošević, M. (2013). Specijal Physical Education. Textbook on the management of the construction of the physical integrity and capacity of police officers Belgrade: CEDIP.
2. Milošević, M., Milošević, M. (2013). Specijalno fizičko obrazovanje: Nučne osnove. Beograd: CEDIP.
3. Амановић, Ћ. (2012). Специјално физичко образовање-технике полуга. КПА, Београд.

Допунска литература:

1. Милошевић, М., Зулић, М., Божић, С. (1989): Специјално физичко образовање, ВШУП Земун, Београд.
2. Милошевић, М., Зулић, М., Божић, С. (1991): Специјално физичко образовање, ВШУП Земун, Београд.
3. Мудрић, Р. (2005). Специјално физичко образовање, приручник, ВШУП Земун, Београд.
4. Мудрић, Р., Милошевић, М., Јовановић, С.(2004): Напад у каратеу - едукација и тренинг, ВШУП Земун, Београд.