

УПАТСТВО ЗА СТУДЕНТИТЕ ЗА РЕАЛИЗАЦИЈА НА НАСТАВАТА ПО ПРЕДМЕТОТ СПОРТ И РЕКРЕАЦИЈА

Почитувани студенти,

Почнувајќи од оваа учебна 2010/2011 година во рамките на Универзитетот „Гоце Делчев“, како задолжителен предмет за студентите во прва година, се воведува предметот **Спорт и рекреација**. Предметот е задолжителен и реализацијата на оваа активност не носи кредити. Вашата присутност и практичната реализација на содржините од овој предмет со минимална активна посетеност на часовите од 60 % се услов за запишување на следниот семестар. За поефикасна и поквалитетна реализација е потребно да се почитуваат следниве препораки кои се однесуваат на:

1. Спортската опрема

- Наставата се реализира во **спортска опрема** по избор на студентот (тренирачки, шорцеви, спортска маица кои овозможуваат непречено движење и активност) и **чисти патики**, кои ќе се користат исклучиво за во сала.
- По потреба шише со вода и чиста крпа.
- Да не се носи накит во текот на активностите (поради ризик од повреда).
- Се препорачува да не се носат или оставаат вредни предмети во салата и во соблекувалните (накит, пари, мобилни телефони) итн.

2. Присутност и редовност на наставата

- Наставата е задолжителна за сите редовни студенти во прва година на сите факултети во рамките на Универзитетот „Гоце Делчев“ – Штип.
- Реализацијата на наставата е во согласност со утврдениот распоред по групи, објавени на интернет страницата.
- Пристувството на студентите на настава се евидентира со евидентни листови.
- Вклученоста во реализацијата на содржините е задолжителна за сите студенти, со исклучок на следниве категории:

- **врвни спортисти;**

- **студенти со здравствени проблеми кои подразбираат забрана за физичка активност со соодветна потврда од лекар специјалист.**

- Студентите кои имаат здравствени проблеми кои не подразбираат забрана за физичка активност или делумна забрана во одреден временски период, за својата состојба се должни да го известат задолжениот наставник по предметот Спорт и рекреација.
- Сезонскиот грип, настинки, вирусни и останати краткотрајни здравствени проблеми и други субјективни причини кои бараат отсуства од наставата не треба да надминат отсуство од 40% од вкупниот број на часови.

Присутноста на наставата подразбира активна вклученост во реализацијата на содржините. Предвидениот термин од 60 минути, подразбира активна реализација и не го опфаќа времето потребно за пристигнување и подготовката за наставата (пресоблекување и подготовка).