

SPORTSKE AKTIVNOSTI U SLOBODNOM VREMENU STUDENATA NA FAKULTETU TURIZMA I RURALNOG RAZVOJA U POŽEGI (2023./2024.god.)

Mladi koje se redovito bave tjelesnom aktivnošću u slobodno vrijeme, doživljavaju više pozitivnih raspoloženja i emocija, postavljaju više obrazovne ciljeve i aktivnije sudjeluju u nastavnom procesu. Zadatak je da se kroz organizaciju i provedbu sportskih aktivnosti u slobodnom vremenu studenata podigne razina svijesti o važnosti i prednostima bavljenja aktivnostima sportsko-rekreativnog karaktera, a samim time i kvalitete studentskog života.

➤ Plan provedbe sportskih aktivnosti u slobodnom vremenu studenata ima za cilj:

- * Promicanje pozitivnih učinaka sportskih i rekreacijskih aktivnosti na Fakultetu turizma i ruralnog razvoja u Požegi u suradnji s Sveučilištem u Osijeku
- * prezentiranje plana rada kao motiv svim studentima i djelatnicima FTRR.-a,
- * dostupnost informacija na web stranici Fakulteta turizma i ruralnog razvoja u Požegi i profilu fakulteta na društvenim mrežama
- * osiguravanje adekvatnih uvjeta za provođenje sportskih aktivnosti u slobodnom vremenu studenata, nabavka sportske opreme i rekvizita potrebnih za rad
- * podizanje standarda kvalitete i izbora sportskih aktivnosti u slobodnom vremenu studenata FTRR-a
- * organizacija i provedba različitih aktivnosti sportsko-rekreativnog karaktera u slobodnom vremenu, koja ima za cilj motivirati i „pokrenuti“ što veći broj studenata-sudionika u tom procesu, a ujedno stvoriti podlogu za studentski natjecateljski sport
- * organizirati i povezati različite aktivnosti i manifestacije sportsko-rekreativnog karaktera u suradnju s fakultetima Sveučilišta u Osijeku kao i s drugim fakultetima na nivou Hrvatske
- * potaknuti studente na aktivno sudjelovanje u organiziranim volonterskim programima i humanitarnim akcijama na matičnom fakultetu i u suradnji s institucijama u gradu Požegi.

❖ PRIJEDLOG PLANA SPORTSKIH AKTIVNOSTI (organizacija i sudjelovanje):

Studentice i studenti Fakulteta turizma i ruralnog razvoja imaju mogućnost izabrati neke od ponuđenih sportskih aktivnosti tijekom zimskog i ljetnog semestra (izvođenje ponudene aktivnosti prije svega **ovisi o interesu studenata i materijalnim uvjetima** (*mogućnost korištenja adekvatnog prostora; fitness studija, novo uređenih sportskih terena na FTRR-u i sportskih aktivnosti na otvorenom*);

▪ Sportske aktivnosti u Fitness studiju Studentskog doma „Dr. Franjo Tuđman“:

- Stolni tenis
- Šah
- Pilates
- Aerobic/Zumba/Plesovi
- HIIT / kružni trening

▪ Sportske aktivnosti na novo uređenim sportskim terenima FTRR-a:

-Mali nogomet i Tenis (teren u zatvorenom prostoru)

-Odbojku-Košarkaški haki 3x3 (teren na otvorenom prostoru)

▪ Sportske aktivnosti na otvorenom:

- Pješačke ture
- Planinarenje
- Trčanje
- Geocaching

❖ Studentice i studenti Fakulteta turizma i ruralnog razvoja u Požegi kao sastavnica Sveučilišta u Osijeku imaju mogućnost sudjelovanja u individualnim i timskim studentskim sportskim natjecanjima i aktivnostima sportsko- rekreativnog karaktera organiziranih od strane Sveučilišnog sportskog saveza u Osijeku (futsal, odbojka, košarka, rukomet, stolni tenis, tenis, badminton, plivanje, šah, pikado i dr., u muškoj i ženskoj konkurenciji) te tradicionalnim odlascima na pješačke ture i raftingu na Mrežnici.

❖ U budućnosti, osnivanjem studentskog sportskog kluba FTRR.-a u Požegi (u planu; listopad/studen 2023.god.) studentice i studenti FTRR.-a imati će mogućnost uključiti se i konkurirati u sustavu studentskih sportskih natjecanja pri Sveučilištu Osijek te u sklopu programa UNISPORT HR. Program okuplja najbolje studentice i studente svih sveučilišta, veleučilišta i visokih škola u RH koji se natječu u različitim individualnim i timskim sportovima;, u muškoj i ženskoj konkurenciji, putem kojih se formiraju

sveučilišne reprezentacije za sudjelovanje na državnim i europskim natjecanjima (na koja mogu aplicirati aktivni / kategorizirani sportaši- studenti FTRR.-a).

➤ LISTOPAD:

- Tijekom listopada 2023.godine informirati studente i djelatnike FTRR.-a o izboru i provedbi sportskih aktivnosti u slobodnom vremenu studenata
- Rezervirati jedan večernji termin tjedno u slobodnoj sportskoj dvorani u Gradu za provedbu sportskih aktivnosti u slobodnom vremenu studenata (mali nogomet, mix odbojka i košarkaški hakl 3x3)
- Upoznati studente s novom web stranicom FTRR.-a kako bi svakodnevno imali pristup novim informacijama, vijestima, pozivima na raznovrsna događanja, aktivnosti, natjecanja, prijavnim obrascima i sl.
- Predstaviti plan osnivanja studentskog sportskog kluba i studentskog volonterskog kluba FTRR.-a u čiji će rad izravno biti uključeni studenti FTRR.-a
- Potaknuti studente za aktivno sudjelovanje u organiziranim sportskim aktivnostima na Fakultetu i izvan njega u suradnji s institucijama, udrugama i klubovima koji imaju isti cilj djelovanja u Gradu Požegi i Požeško-slavonskoj županiji
- U suradnji sa Sveučilištem Josip Juraj Strossmayer u Osijeku (osječkim sveučilišnim sportskim Savezom) tijekom akademske godine; planirati, organizirati i aktivno sudjelovati u što većem broju sportskih natjecanja te aktivnostima sportsko-rekreativnog i zabavnog karaktera te zajedničkim aktivnim druženjima
- Pozvati aktivne i kategorizirane sportaše da se prijave i postanu aktivni članovi reprezentacija osječkog Sveučilišta u matičnom sportu koji se natječu na državnim i europskim prvenstvima u sklopu programa UNISPORT.HR
- S Upravom FTRR.-a dogovoriti suradnju s nekoliko gradskih klubova u Požegi za čiji su program studenti iskazali interes, a ne postoje materijalni uvjeti za provedbu istih u sklopu Fakulteta turizma i ruralnog razvoja
- Naručiti osnovne sportske rekvizite potrebne za opremanje fitness studija u Studentskom domu „Dr. Franjo Tuđman“

➤ STUDENI:

- Započeti s provedbom aktivnosti u studentskom volonterskom klubu uz pomoć i nadzor članova povjerenstva za volonterski rad, a sukladno usvojenom planu rada kluba
- Započeti s radom i provedbom aktivnosti unutar studentskog sportskog kluba sukladno usvojenom planu rada za akademsku godinu 2023./ 2024.
- Nastaviti s provedbom sportskih aktivnosti u slobodno vrijeme studenata FTRR.-a (večernji termin u sportskoj dvorani); mali nogomet, mix odbojka i košarkaški hakl 3x3

- Potaknuti studente da aktivnim sudjelovanjem podrže rad gradskih planinarskih društava „Sokolovac“ i „Gozjerica“ u njihovim pješačkim i planinarskim turama te izletima sportsko-rekreativnog i zabavnog karaktera koje provode licencirani vodiči (npr. Alumni FTRR.-a organizira izlet „Martinje i okusi jeseni“ 2023.god.)
- 04.studenog 2023.god. sudjelovati na planinarskom pohodu u organizaciji naših kolega profesora i studenata s osječkog Sveučilišta u pratnji licenciranog vodiča Višeslava Turkovića (Oriovac-Drenovac-Oriovac, pješačka tura od 15 km)
- Narudžba sportskih rekvizita potrebnih za provedbu vježbi iz kolegija TZK. te sportskih aktivnosti u slobodnom vremenu studenata FTRR.-a (reketi i loptice za veliki tenis, reketi i loptice za stolni tenis, stol za stolni tenis, reketi i loptice za badminton, mreža za badminton, traka za označavanje linija na terenu, odbojkaška mreža, teniska mreža, mrežice za koševce, lopte za timске sportove i sl.)
- U suradnji sa Studentskim zborom i Alumni studentima FTRR.-a organizirati jednom tjedno različite aktivnosti sportsko-rekreativnog i zabavnog karaktera te druženja studenata (npr.pub kvizovi, natjecanje u društvenim igrama, različite radionice, okrugli stolovi, humanitarne akcije i sl.)
- Uz odobrenje uprave FTRR.-a zainteresirane studente uputiti na Kuglanje i Badminton
- Studenti / aktivni sportaši FTRR.-a koji budu izabrani u reprezentacije osječkog Sveučilišta u matičnom sportu nastaviti s treninzima i sustavom natjecanja koji ih očekuje kroz natjecateljsku sezonu u kojoj se natječu (u sklopu programa UNISPORT.HR)

➤ PROSINAC:

- Nastaviti s provedbom aktivnosti u studentskom volonterskom klubu uz pomoć i nadzor članova povjerenstva za volonterski rad, a sukladno usvojenom planu rada kluba
- Nastaviti s radom i provedbom aktivnosti unutar studentskog sportskog kluba sukladno usvojenom planu rada za akademsku godinu 2023./ 2024.
- Sudjelovati na sportskim natjecanjima u organizaciji osječkog sveučilišnog sportskog saveza sukladno njihovom kalendaru natjecanja u sportskoj sezoni 2023./2024. te biti domaćini sportskih natjecanja našim kolegama studentima s osječkog Sveučilišta (prema dogovoru)
- Nastaviti s provedbom sportskih aktivnosti u slobodno vrijeme studenata FTRR.-a (prema interesu studenata);

* večernji termin u slobodnoj sportskoj dvorani; za mix odbojku i košarkaški hakl 3x3 ako dovoljan broj studenata iskaže interes za ponuđene aktivnosti

*termini u novoj dvorani FTRR.-a; Mali nogomet i Tenis

*termini u fitness studiju Studentskog doma; Stolni tenis, Šah, Grupni oblici vježbanja (pilates, aerobic/zumba/plesovi, HIIT/kružni trening)

- Aktivnim sudjelovanjem podržati rad gradskih planinarskih društava „Sokolovac“ i „Gozjerica“ u njihovim pješačkim i planinarskim turama te izletima sportsko-rekreativnog i zabavnog karaktera koje provode licencirani vodiči
- U suradnji sa Volonterskim klubom, Studentskim sportskim klubom, Studentskim zborom i Alumni studentima FTRR.-a organizirati jednom tjedno različite aktivnosti sportsko-rekreativnog i zabavnog karaktera te druženja studenata i djelatnika (npr. pub kvizovi, adventske i predbožićne humanitarne akcije: npr. Studentski Advent, Adventsko trčanje, „Hodanje ususret Božiću“-pomoć potrebitima i sl.)
- Do zimskih praznika nastaviti s provedbom sportskih aktivnosti u slobodnom vremenu studenata;

* večernji termin u slobodnoj sportskoj dvorani; za mix odbojku i košarkaški hakl 3x3 ako dovoljan broj studenata iskaže interes za ponuđene aktivnosti

*termini u novoj dvorani FTRR.-a; Mali nogomet i Tenis

*termini u fitness studiju Studentskog doma; Stolni tenis, Šah, Grupni oblici vježbanja (pilates, aerobic/zumba/plesovi, HIIT/kružni trening)

- Studenti / aktivni sportaši FTRR.-a koji budu izabrani u reprezentacije osječkog Sveučilišta u matičnom sportu nastaviti s treninzima i sustavom natjecanja koji ih očekuje kroz natjecateljsku sezonu u kojoj se natječu (u sklopu programa UNISPORT.HR)
- Ovisno o interesu studenata organizirati odlazak na Klizanje ili u školu klizanja
- Narudžba majica i dresova za potrebe nastupa na sportskim natjecanjima studenata FTRR.-a

➤ SIJEČANJ i VELJAČA:

- Nastaviti s provedbom aktivnosti u studentskom volonterskom klubu uz pomoć i nadzor članova povjerenstva za volonterski rad, a sukladno usvojenom planu rada kluba
- Nastaviti s radom i provedbom aktivnosti unutar studentskog sportskog kluba sukladno usvojenom planu rada za akademsku godinu 2023./ 2024.
- Sudjelovati na sportskim natjecanjima u organizaciji osječkog sveučilišnog sportskog saveza sukladno njihovom kalendaru natjecanja u sportskoj sezoni 2023./2024. te biti domaćini sportskih natjecanja našim kolegama studentima s osječkog Sveučilišta (prema dogovoru)
- Nastaviti s provedbom sportskih aktivnosti u slobodno vrijeme studenata FTRR.-a (prema interesu studenata);

*večernji termin u slobodnoj sportskoj dvorani (u zimskom periodu); za mix Odbojku i Košarkaški hakl 3x3 ako dovoljan broj studenata iskaže interes za ponuđene aktivnosti

*popodnevni i večernji termini u novoj dvorani FTRR.-a; Mali nogomet, Tenis i Badminton

*termini u fitness studiju Studentskog doma; Stolni tenis, Šah, Grupni oblici vježbanja (pilates, aerobic/zumba, HIIT/kružni trening)

- Aktivno sudjelovati na pješačkim i planinarskim turama u organizaciji gradskih planinarskih društava „Sokolovac“ i „Gozjerica“ te izletima sportsko-rekreativnog i zabavnog karaktera koje provode licencirani vodiči
- U suradnji sa Volonterskim klubom, Studentskim sportskim klubom, Studentskim zborom i Alumni studentima FTRR.-a organizirati jednom tjedno različite aktivnosti sportsko-rekreativnog i zabavnog karaktera te druženje studenata i djelatnika FTRR.-a sa studentima i kolegama s osječkog Sveučilišta
- Uz odobrenje uprave FTRR.-a zainteresirane studente uputiti na Kuglanje i Badminton
- Studenti / aktivni sportaši FTRR.-a koji budu izabrani u reprezentacije osječkog Sveučilišta u matičnom sportu nastaviti s treninzima i sustavom natjecanja koji ih očekuje kroz natjecateljsku sezonu u kojoj se natječu (u sklopu programa UNISPORT.HR)

➤ OŽUJAK:

- Nastaviti s provedbom aktivnosti u studentskom volonterskom klubu uz pomoć i nadzor članova povjerenstva za volonterski rad, a sukladno usvojenom planu rada kluba
- Nastaviti s radom i provedbom aktivnosti unutar studentskog sportskog kluba sukladno usvojenom planu rada za akademsku godinu 2023./ 2024.
- Sudjelovati na sportskim natjecanjima u organizaciji osječkog sveučilišnog sportskog saveza sukladno njihovom kalendaru natjecanja u sportskoj sezoni 2023./2024. te biti domaćini sportskih natjecanja našim kolegama studentima s osječkog Sveučilišta (prema dogovoru)
- Nastaviti s provedbom sportskih aktivnosti u slobodno vrijeme studenata FTRR.-a (prema interesu studenata);

*popodnevni termini na otvorenom terenu FTRR.-a; za mix Odbojku i Košarkaški hakl 3x3

*popodnevni i večernji termini u novoj dvorani FTRR.-a; Mali nogomet , Tenis i Badminton

*termini u fitness studiju Studentskog doma; Stolni tenis, Šah, Grupni oblici vježbanja (pilates, aerobic/zumba, HIIT/kružni trening)

- Aktivno sudjelovati na pješačkim i planinarskim turama u organizaciji gradskih planinarskih društava „Sokolovac“ i „Gozjerica“ te izletima sportsko-rekreativnog i zabavnog karaktera koje provode licencirani vodiči;

*obilježavanje Dana grada Požege i „Papučki jaglaci“, Velika 2024.god.

- U suradnji sa Volonterskim klubom, Studentskim sportskim klubom, Studentskim zborom i Alumni studentima FTRR.-a organizirati jednom tjedno različite aktivnosti sportsko-rekreativnog i zabavnog karaktera te druženje studenata i djelatnika FTRR.-a sa studentima i kolegama s osječkog Sveučilišta
- Studenti / aktivni sportaši FTRR.-a koji budu izabrani u reprezentacije osječkog Sveučilišta u matičnom sportu nastaviti s treninzima i sustavom natjecanja koji ih

očekuje kroz natjecateljsku sezonu u kojoj se natječu (u sklopu programa UNISPORT.HR)

➤ TRAVANJ, SVIBANJ, LIPANJ:

- Nastaviti s provedbom aktivnosti u studentskom volonterskom klubu i studentskom sportskom klubu uz pomoć i nadzor članova povjerenstva za volonterski rad i članova
- Sudjelovati na sportskim natjecanjima u organizaciji osječkog sveučilišnog sportskog saveza sukladno njihovom kalendaru natjecanja u sportskoj sezoni 2023./2024. te biti domaćini sportskih natjecanja našim kolegama studentima s osječkog Sveučilišta (prema dogovoru)
- Nastaviti s provedbom sportskih aktivnosti u slobodno vrijeme studenata FTRR.-a (prema interesu studenata);

*popodnevni termini na otvorenom terenu FTRR.-a; za mix Odbojku i Košarkaški hakl 3x3

*popodnevni i večernji termini u novoj dvorani FTRR.-a; Mali nogomet , Tenis i Badminton

*termini u fitness studiju Studentskog doma; Stolni tenis, Šah, Grupni oblici vježbanja (pilates, aerobic/zumba, HIIT/kružni trening)

- Aktivno sudjelovati na pješačkim i planinarskim turama u organizaciji gradskih planinarskih društava „Sokolovac“ i „Gozjerica“ te izletima sportsko-rekreativnog i zabavnog karaktera koje provode licencirani vodiči;
- U suradnji sa Volonterskim klubom, Studentskim sportskim klubom, Studentskim zborom i Alumni studentima FTRR.-a organizirati jednom tjedno različite aktivnosti sportsko-rekreativnog i zabavnog karaktera te druženje studenata i djelatnika FTRR.-a sa studentima i kolegama s osječkog Sveučilišta;

*u svibnju- obilježiti Studentski dan sporta!

- **u lipnju- ovisno o interesu studenata; odlazak na Gradski bazen u Požegi (Plivanje / Odbojka na pijesku/ Košarka)

**sudjelovanje u RAFTINGU na Mrežnici; u okviru sportskih aktivnosti u slobodnom vremenu studenata u organizaciji Ureda za sportsku djelatnost Sveučilišta Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku za osječke studente i studente FTRR.-a.

- Studenti / aktivni sportaši FTRR.-a koji budu izabrani u reprezentacije osječkog Sveučilišta u matičnom sportu nastaviti s treninzima i sustavom natjecanja koji ih očekuje kroz natjecateljsku sezonu u kojoj se natječu (u sklopu programa UNISPORT.HR).

Marija Karadža, mag. cin., v. pred.