

## UPUTE ZA PRIJAVU NA NASTAVU I EVIDENTIRANJE DOLAZAKA

1. Putem studomata **obavezno upisati predmet** TZK2 za prvu godinu te predmet TZK4 za drugu godinu studija.
2. Na sustavu učenja na daljinu - **Omegi upisati e-kolegij**
  - Tjelesna i zdravstvena kultura 2- šifra e-kolegija je TZK2
  - Tjelesna i zdravstvena kultura 4- šifra e-kolegija je TZK4
3. Instalirati na mobilni uređaj – aplikaciju **QR Student** putem koje će generirati vaš osobni **QR kod**.

### *Izrada QR koda:*

1. Putem uputa na poveznici <https://kineziologija.ffzg.unizg.hr/>
2. Ili putem aplikacija, dostupnih za android i iOS operativne sustave <http://tzk.ffzg.unizg.hr/wp-content/uploads/2019/09/QRStudent.pdf>

### *Instaliranje aplikacije QR Student :*

Upute možete pogledati **ovdje**.

Prijava i upis odabrane kineziološke aktivnosti kao i nastave na daljinu vrši se **isključivo ELEKTRONSKIM PUTEM** na poveznici: <https://upisi.kineziologija.ffzg.unizg.hr>

**od ponedjeljka 27. 2. 2023. u 00.05h do subote 4. 3. 2023. u 23.55h**

- Kineziološku aktivnost birate prema svom interesu, zdravstvenim mogućnostima i rasporedu studijske satnice.
- Grupe su brojčano limitirane, ovisno o kineziološkoj aktivnosti.
- Nastava na daljinu prijavljuje se također **elektronskim putem** te će se odvijati isključivo putem **QR Student aplikacije**. Ponuđene su dvije kineziološke aktivnosti: trčanje i hodanje. Te dvije aktivnosti možete kombinirati unutar semestra prema svojim mogućnostima, vremenu i rasporedu. Bodovat će se isključivo jedna tjedna aktivnosti koja je izvršena unutar zadanih parametara. **Ukoliko aplikacija, prilikom uključivanja za rad na daljinu, ne mjeri dobro zadane parametre, odmah nastali problem prijaviti predmetnim nastavnicima koji će vas uputiti u daljnje radnje** (upute za nastavu na daljinu pogledajte **ovdje**).
- U slučaju da vaš mobitel ne podržava **QR Student aplikaciju** ili da imate problema s aplikacijom, a upisali ste nastavu na daljinu, vaša je obaveza da to prijavite unutar prva dva tjedna od početka nastave kako biste mogli odabrati drugu kineziološku aktivnost u kontaktnoj nastavi. Praktična nastava počinje u **ponedjeljak, 6. 3. 2023.** prema rasporedu i mjestu održavanja kao i nastava na daljinu, ako ste odabrali taj način odrade nastavne obaveze prema Predmetu.
- Pohađate **samo odabranu i upisanu** kineziološku aktivnost (KA) **jednom tjedno tijekom cijelog semestra**.
- Za izvršenje semestralne obaveze prema predmetu TZK potrebno je skupiti **10 bodova**.

- Na kontaktnu nastavu treba obavezno doći sa sportskom opremom i čistim tenisicama za dvoranu.
- Na ulaznim vratima u SD “Martinovku,, (prije ulaska u svlačionice) su istaknuti brojevi onih svlačionica koje u tom terminu možete koristiti.
- Za kineziološke aktivnosti tijekom kojih se koristi prostirka za vježbanje, **obavezno je nositi svoj veliki ručnik** (joga, pilates, stretching, mobility, fitness mix, aerobic . . .).

## NASTAVNE PRILAGODBE

1. **Po zdravstvenoj osnovi:** <http://tzk.ffzg.unizg.hr/nastavne-prilagodbe/>
2. **Po sportskoj osnovi:** <http://tzk.ffzg.unizg.hr/nastavne-prilagodbe/>
3. **Izvršena obaveza prema predmetu TZK na drugoj sastavnici:** <http://tzk.ffzg.unizg.hr/odraden-tzk-drugdje/>

Studenti/ice s navedenim prilagodbama trebaju doći na konzultacije s potrebnom dokumentacijom i izrađenim QR kodom ili isto poslati na e-mail: [tzk@ffzg.hr](mailto:tzk@ffzg.hr) Rok za predaju dokumentacije je **15. 4. 2023.**

Studenti/ice, **sportaši/ice** aktivnim sudjelovanjem u jednoj od fakultetskih sportskih ekipa (košarka, odbojka, mali nogomet, rukomet, badminton, stolni tenis, tenis, squash, plivanje, vaterpolo, karate, judo, šah, streljaštvo, atletika, veslanje te e-sport), ostvaruju posebne uvjete reguliranja obveze nastave TZK u dogovoru s predmetnim nastavnicima. Molimo sve **sportaše/ice** da se što prije jave predmetnim nastavnicima.

### VAŽNA NAPOMENA:

**Molimo da na nastavu i konzultacije ne dolazite u slučaju da imate povišenu tjelesnu temperaturu, osjećate se bolesno ili imate bilo koje znakove bolesti (odnosi se na sve znakove bolesti, ne samo na bolesti dišnih puteva).**

Sve ostale informacije potražite na našim info portalima:

Omegi: <https://omega.ffzg.hr/>

Web stranici Katedre: <http://tzk.ffzg.unizg.hr/>,

Facebook Katedre: <https://www.facebook.com/TZK-FFZG>

QR aplikaciji Katedre: <https://kineziologija.ffzg.unizg.hr/app/news/>

Sve svoje upite šalžite na zajednički e- mail Katedre : [tzk@ffzg.hr](mailto:tzk@ffzg.hr)

s naslovom maila - **TZK2** ( prva godina ) ili **TZK4** ( druga godina).

*Na pitanja koja su pojašnjena u Uputama i obavijestima na našim info portalima, nećemo odgovarati.*

**Predmetni nastavnici na Katedri i termini konzultacija u SD „Martinovka“, kabinet 7:**

**Svetlana Božić Fuštar, v. pred.**, predstojnica Katedre; ISVU koordinatorica ([sbfustar@ffzg.hr](mailto:sbfustar@ffzg.hr))

(srijeda od 19:00 do 20:00 sati)

**Nenad Krošnjar, pred.**, zamjenik predstojnice ([knenad@ffzg.hr](mailto:knenad@ffzg.hr))

(ponedjeljak od 12:15 do 13:15 sati)

**Nikolina Skender, pred.** ([nskender@ffzg.hr](mailto:nskender@ffzg.hr))

(utorak od 12:30 do 13:30 sati)