

UPUTE I OBAVIJESTI ZA PREDMET TZK2 I TZK4

U LJETNOM SEMESTRU AK. GOD. 2025./2026.

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 QR Student aplikacije:

Upute možete pogledati **ovdje**

Prijava i odabir željene kineziološke aktivnosti kao i nastave na daljinu vrši se **isključivo ELEKTRONSKIM PUTEM** na poveznici:

<https://kineziologija.ffzg.unizg.hr/>

od ponedjeljka 23. 2. 2026. u 18:00 sati do petka 27. 2. 2026. u 18:00 sati

- Aktivnost birate prema svom interesu, rasporedu studijskog programa i zdravstvenim mogućnostima.
- Grupe su brojčano limitirane, ovisno o kineziološkoj aktivnosti.
- Praktična nastava počinje u **ponedjeljak, 2. 3. 2026.** godine prema rasporedu i mjestu održavanja kao i nastava na daljinu, ako ste odabrali taj način odrade nastavne obaveze prema Predmetu.

- Pohađate **samo odabranu i prijavljenu** kineziološku aktivnost ([KA](#)) jednom tjedno **tijekom cijelog semestra**.
- Za izvršenje semestralne obveze prema predmetu TZK potrebno je skupiti **10 bodova**.
- Na nastavu obavezno treba doći s adekvatnom sportskom opremom.

KORISNE INFORMACIJE ZA NASTAVU NA DALJINU

- 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 koje možete kombinirati unutar semestra prema svojim mogućnostima, vremenu i rasporedu.
 - Bodovat će se samo aktivnosti koje su izvršene 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](#))
 - Nastavu na daljinu možete odraditi bilo koji dan u tjednu (od ponedjeljka do nedjelje) neovisno o danu koji ste izabrali prilikom elektronskog upisa na aktivnost.
 - U slučaju problema s izvođenjem nastave putem aplikacije QR Student dužni ste problem prijaviti jednom od nastavnika unutar najviše **tri tjedna** te izabrati i prijaviti se na neku drugu aktivnost.
- U slučaju da vaš mobitel ne podržava **QR Student aplikaciju**, odabrat ćete jednu od ponuđenih kinezioloških aktivnosti koje se izvode kontaktno.
- VAŽNO:** u izvođenju aktivnosti putem **QR Student aplikacije** potrebno je imati neprekidno uključen GPS sustav.

NASTAVNE PRILAGODBE

1. **Zdravstvena osnova**
2. **Sportska osnova**
3. **Izvršena obaveza prema predmetu TZK na drugoj sastavnici**

Studenti/ice s navedenim prilagodbama trebaju doći na konzultacije s potrebnom dokumentacijom i s izrađenim QR kodom ili isto poslati na e-mail bilo kojem predmetnom nastavniku/ici. Rok za predaju dokumentacije je **15. 4. 2026.**

Studenti/ice, **sportashi/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 **sportšaše/ice** da se što prije jave predmetnim nastavnicima.

Sve ostale informacije potražite na našim info portalima:

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

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

Facebooku: <https://www.facebook.com/TZK-FFZG>;

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

Sve vaše upite slati na zajednički e- mail Centra: tzk@m.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 Centra i termini konzultacija:

Svetlana Božić Fuštar, v. pred., voditeljica Centra; ISVU koordinatorica (sbfustar@m.ffzg.hr); konzultacije **srijedom od 19:30 do 20:30 sati**, na Filozofskom fakultetu u predavaonici **A229**, Ivana Lučića 3

Nikolina Skender, v. pred. (nskender@m.ffzg.hr); konzultacije **ponedjeljkom od 17:00 do 18:00 sati**, na Filozofskom fakultetu u prostoriji **Info centra**, Ivana Lučića 3

Nenad Krošnjar, v. pred. (knenad@m.ffzg.hr), zamjenik voditeljice Centra; konzultacije **srijedom od 19:30 do 20:30 sati**, na Filozofskom fakultetu u predavaonici **A229**, Ivana Lučića 3

Goran Marić, pred. (gomaric@m.ffzg.hr); konzultacije **ponedjeljkom od 17:00 do 18:00 sati** na Filozofskom fakultetu u prostoriji **Info centra**, Ivana Lučića 3