

Medicinski fakultet / Primijenjena fizioterapija / PROPRIOCEPTIVNE TEHNIKE U FIZIOTERAPIJI

Naziv predmeta:	PROPRIOCEPTIVNE TEHNIKE U FIZIOTERAPIJI			
Šifra predmeta	Status predmeta	Semestar	Broj ECTS kredita	Fond časova (P+V+L)
11335	Obavezan	6	3	2+1+0
Studijski programi za koje se organizuje	Primijenjena fizioterapija			
Uslovjenost drugim predmetima	Položeni ispiti iz Anatomije sa histologijom I, Anatomije sa histologijom II, Fiziologije, Patologije s patofiziologijom, Kineziologije I i II, Fizioterapije I i II.			
Ciljevi izučavanja predmeta	: Upoznavanje i usvajanje proprioceptivnih terapijskih tehnika (proprioceprivni trening, proprioceptivna neuromuskularne facilitacije, nove terapijske tehnike zasnovane na propriocepцији) utemeljenih na naučnim dokazima i široko korišćenih u fizioterapiji i rehabilitaciji.			
Ishodi učenja	Očekuje se da će student nakon položenog ispita iz ovog predmeta moći da: 1. Prepozna važnost primjene proprioceptivnih tehnika u kliničkoj fizioterapiji u cilju što potpunijeg oporavka pacijenata 2. Prepozna razlike između pojedinih proprioceptivnih tehnika (propriocepivi trening, tehnike PNF, nove tehnike zasnovane na propriocepцији). 3. Objavljava ciljeve primjene različitih proprioceptivnih tehnika u muskuloskeletalnoj, neurološkoj i sportskoj rehabilitaciji. 4. Demonstrira vještina u primjeni proprioceptivnih tehnika kod pacijenata sa različitim bolestima i poremećajima, uključene u program fizioterapije zajedno sa drugim terapijskim pristupima.			
Ime i prezime nastavnika i saradnika	doc. dr Merdin Markišić- nastavnik; SpApp Savo Milošević- Viši stručni saradnik.			
Metod nastave i savladanja gradiva	Predavanja i vježbe. Učenje za vježbe. Izrada domaćih radova. Konsultacije. Učenje za kolokvijume i završni ispit.			
Plan i program rada				
Pripremne nedelje	Priprema i upis semestra			
I nedelja, pred.	Propriocepcija. Komponente propriocepcije. Proprioreceptori. Tjelesni sistemi koji utiču na propriocepciju.			
I nedelja, vježbe				
II nedelja, pred.	Značaj propriocepcije u rehabilitaciji.			
II nedelja, vježbe	Osnovni elementi facilitacije. Otpor. Iradijacija i pojačavanje. Manuelni kontakt. Položaj i mehanika tijela. Verbalna komanda. Trakcija i aproksimacija. Istezanje. Tajming			
III nedelja, pred.	Muskuloskeletalne i neurološke bolesti i povrede praćene oštećenjem propriocepcije.			
III nedelja, vježbe	Modeli pokreta za lopaticu. Uvježbavanje obrazaca lopatice.			
IV nedelja, pred.	Proprioceptivne vježbe u smanjenju deficitu propriocepcije i poboljšanje funkcionalnog pokreta.			
IV nedelja, vježbe	Primjena tehnike Ritmički početak i tehnike Obrt agonista - praktično uvježbavanje na modele pokreta lopatice.			
V nedelja, pred.	Proprioceptivne vježbe u sportskoj rehabilitaciji.			
V nedelja, vježbe	Praktično uvježbavanje obrazaca pokreta karlice.			
VI nedelja, pred.	Tehnike proprioceptivne neurofacilitacije. Osnovni elementi facilitacije. Otpor. Iradijacija i pojačavanje. Manuelni kontakt. Položaj i mehanika tijela. Verbalna komanda. Trakcija i aproksimacija. Istezanje. Tajming.			
VI nedelja, vježbe	Primjena tehnike istezanja i tehnike Replikacija - praktično uvježbavanje na obrasce pokreta lopatice i karlice.			
VII nedelja, pred.	Tehnike proprioceptivne neurofacilitacije. Ritmičko započinjanje. Kombinacija kontrakcija. Preusmjeravanje antagonistika. Stabilizirajuće preusmjeravanje. Ritmička stabilizacija. Ponavljanje istezanje. Kontrakcija -relaksacija. Održavanje ravnoteže.			
VII nedelja, vježbe	Praktično uvježbavanje modela pokreta lopatice i karlice istovremeno, u istoj dijagonalni i suprotnom smjeru			
VIII nedelja, pred.	Tehnike proprioceptivne neurofacilitacije u funkcionalnom treningu.			
VIII nedelja, vježbe	Praktično uvježbavanje modela pokreta lopatice i karlice istovremeno, u različitim dijagonalama i suprotnim smjerovima.			
IX nedelja, pred.	Tehnike proprioceptivne neurofacilitacije i motorno učenje.			
IX nedelja, vježbe	Modeli pokreta ruke. Praktično uvježbavanje obrazaca pokreta ruke sa laktom u ekstenziji			

X nedjelja, pred.	Proprioceptivne vježbe i tehnike proprioceptivne neurofacilitacije u fizioterapiji zglobove disfunkcije (hipo i hipermobilnosti zglobova, nestabilnosti zglobova, izmijenjenog kvaliteta pokreta).
X nedjelja, vježbe	Primjena tehnike Zadrži opusti i tehnike Kontrakcija relaksacija na obrasce pokreta ruke, lopatice i karlice.
XI nedjelja, pred.	Tehnike proprioceptivne neurofacilitacije u fizioterapiji mišićne disfunkcije (smanjenje jačine, snage i izdržljivosti, mišićne inhibicije, povišene mišićne aktivacije, skraćenja mišića).
XI nedjelja, vježbe	Bilateralni modeli pokreta ruke i obrasci pokreta „guranja i povlačenja“ (radikalno guranje i povlačenje i ulnarno guranje i povlačenje).
XII nedjelja, pred.	Proprioceptivne vježbe i tehnike proprioceptivne neurofacilitacije u neurološkoj rehabilitaciji.
XII nedjelja, vježbe	Donji ekstremiteti. Modeli pokreta noge. Uvježbavanje obrazaca pokreta noge sa fleksijom i ekstenzijom koljena
XIII nedjelja, pred.	Nove terapijske i tehnike zasnovane na propriocepciji u oporavku funkcije nakon lezija centralnog nervnog sistema.
XIII nedjelja, vježbe	Primjena tehnike Dinamički obrt, Stabilizirajuće preusmjeravanje i Ritmička stabilizacija. Praktična primjena na modele pokreta lopatice, karlice, ruke i noge.
XIV nedjelja, pred.	Proprioceptivne tehnike u vestibularnoj rehabilitaciji. Pregled i sinteza pređenog gradiva.
XIV nedjelja, vježbe	Uvježbavanje obrazaca pokreta vrata. Uvježbavanje obrazaca pokreta trupa. „Choping“ i „lifting“.
XV nedjelja, pred.	
XV nedjelja, vježbe	Liječenje bolesnika. Evaluacija. Ciljevi liječenja. Direktno i indirektno liječenje. Procjena. Planiranje tretmana
Opterećenje studenta	Nastava i završni ispit: (4 sata) x 16 = 64 sata Neophodne pripreme prije početka semestra (administracija, upis, ovjera): (4 sata) x 2 = 8 sati Ukupno opterećenje za predmet: 3 x 30 = 90 sati Struktura opterećenja: 64 sata (nastava i završni ispit) + 8 sati (priprema) + 18 sati (dopunski rad)

Nedjeljno		U toku semestra				
3 kredita x 40/30=4 sati i 0 minuta 2 sat(a) teorijskog predavanja 0 sat(a) praktičnog predavanja 1 vježbi 1 sat(a) i 0 minuta samostalnog rada, uključujući i konsultacije		<p>Nastava i završni ispit: 4 sati i 0 minuta x 16 =64 sati i 0 minuta Neophodna priprema prije početka semestra (administracija, upis, ovjera): 4 sati i 0 minuta x 2 =8 sati i 0 minuta Ukupno opterećenje za predmet: 3 x 30=90 sati Dopunski rad za pripremu ispita u popravnom ispitnom roku, uključujući i polaganje popravnog ispita od 0 do 30 sati (preostalo vrijeme od prve dvije stavke do ukupnog opterećenja za predmet) 18 sati i 0 minuta Struktura opterećenja: 64 sati i 0 minuta (nastava), 8 sati i 0 minuta (priprema), 18 sati i 0 minuta (dopunski rad)</p>				
Obaveze studenta u toku nastave		Studenti su obavezni da pohađaju nastavu, da uče za vježbe, da rade i predaju domaće zaduge i da rade oba kolokvijuma.				
Konsultacije		Uz prethodnu najavu, istog dana poslije predavanja i vježbi.				
Literatura		1.Nicola J.Petty,ed. Principles of Neuromusculoskeletal Treatment and Management.A Guide for Therapists.Churchill-Livingstone, Elsevier, 2011. 2.Adler SS, Beckers D, Buck M: PNF u praksi: ilustrovani vodič. Autorizovani prevod sa engleskog jezika (PNF in Practice: Illustrated Guide [Springer-Verlag, 1999]). Beograd: Klinika za rehabilitaciju „Dr Miroslav Zotović“ i Tehniss, 2000. 3.Jović S: Neurorehabilitacija. Beograd: Klinika za rehabilitaciju „Dr Miroslav Zotović“, 2004.				
Oblici provjere znanja i ocjenjivanje		Redovno pohađanje i praćenje predavanja i vježbi ocjenjuje se ukupno sa 5 poena; 2 domaća rada se ocjenjuju sa ukupno 5 poena (svaki rad sa 2,5 poena); 2 kolokvijuma se ocjenjuju sa ukupno 40 poena (svaki kolokvijum sa 20 poena); završni ispit se ocjenjuje sa 50 poena. Prelazna ocjena se dobija ako se kumulativno sakupi najmanje 50				
Posebne naznake za predmet		Nema.				
Napomena		Nema.				
Ocjena:	F	E				
Broj poena	manje od 50 poena	više ili jednako 50 poena i manje od 60 poena	više ili jednako 60 poena i manje od 70 poena	više ili jednako 70 poena i manje od 80 poena	više ili jednako 80 poena i manje od 90 poena	više ili jednako 90 poena