

**UNIVERZITET CRNE GORE  
FAKULTET ZA SPORT I FIZIČKO VASPITANJE  
FIZIČKA KULTURA I ZDRAVI STILOVI ŽIVOTA**

**SPORTSKA FIZIOLOGIJA**

**VJEŽBE – dr Mirko Mikić, saradnik u nastavi**

**ZADATAK 2 - PITANJA**

<b>Student</b>	<b>2. Pitanja</b>
<b>1. 3/18 Barjaktarović Danilo</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>Objasniti šta su hormoni, njihovu podjelu i funkciju.</li><li>Objasniti funkciju hipofize.</li><li>Objasniti uticaj štitaste žlijezde na organizam.</li><li>Kako hormone pankreasa i paraštitaste žlijewe utiču na funkcionisanje organizma?</li><li>Hormoni nadbubrežne i polnih žlijezda, nabrojati ih i objasniti funkciju.</li></ol>
<b>2. 18/18 Joković Andrija</b>	<i>Ispunjeni zadaci u toku redovne nastave</i>
<b>3. 23/18 Ljiljančić Adam</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>Objasniti uticaj fizičke aktivnosti na endokrinu funkciju pankreasa.</li><li>Na koje hormone utiče fizička aktivnost?</li><li>Kako fizička aktivnost utiče na funkciju hipofize?</li><li>Objasniti šta su hormoni, njihovu podjelu i funkciju.</li><li>Objasniti uticaj fizičke aktivnosti na polne hormone.</li></ol>
<b>4. 33/18 Radinović Miloš</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>Koja je uloga pankreasa?</li><li>Koje hormone luči pankreas i njihov način djelovanja?</li><li>Kako fizička aktivnost utiče na hormone pankreasa?</li><li>Objasniti uticaj hipofunkcije pankreasa na organizam.</li><li>Kako djeluje insulin?</li></ol>
<b>5. 34/18 Radivojević Ilija</b>	<i>Ispunjeni zadaci u toku redovne nastave</i>
<b>6. 40/18 Razić Petar</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>Šta je aerobni metabolizam?</li><li>Šta podrazumijeva oporavak nakog fizičke aktivnosti i od čega zavisi brzina oporavka?</li></ol>

	<p>3. Šta je kiseonični dug?</p> <p>4. Šta je VO<sub>2</sub> max?</p> <p>5. Objasniti oporavak aerobnog sistema nakon vježbanja.</p>
<b>7. 44/18 Tomašević Ivan</b>	<p>1. Šta je metabolizam?</p> <p>2. Šta je bazalni metabolizam i koji faktori utiču na bazalni metabolizam?</p> <p>3. Koji su metabolički putevi za stvaranje energije?</p> <p>4. Objasniti fosfokreatinski sistem (ATP fosfageni sistem, ATP-PC)</p> <p>5. Objasniti glikolitički sistem stvaranja energije</p>
<b>8. 47/18 Vuković Kosta</b>	<p>1. Objasniti distribuciju vode u tijelu.</p> <p>2. Šta dovodi do dehidratacije i kako dehydratacija utiče na fizičku aktivnost?</p> <p>3. Koji su znaci dehidracije?</p> <p>4. Objasniti značaj rehidracije.</p> <p>5. Objasniti biohemijske promjene u vančelijskoj tečnosti u toku fizičke aktivnosti različitog intenziteta</p>
<b>9. 51/18 Zečević Luka</b>	<p>1. Šta su čula i od čega se sastoji sistem čula?</p> <p>2. Koji su sistemi čula kod čovjeka?</p> <p>3. Objasniti djelove organa za vid</p> <p>4. Objasniti proces "viđenja".</p> <p>5. Objasniti elementarne vidne funkcije.</p>
<b>10. 53/18 Radulović Milica</b>	<p>1. Koji su sistemi čula kod čovjeka?</p> <p>2. Objasnite djelove i uloge uha.</p> <p>3. Objasnite djelove čulnog sistema.</p> <p>4. Objasnite kako funkcioniše čulo sluha</p> <p>5. Kako se održava ravnoteža tijela?</p>
<b>11. 61/18 Čvorović Mrdelja</b>	<p>1. Koje su funkcije kože?</p> <p>2. Koji su tipovi receptora u koži i njihova uloga?</p> <p>3. Objasniti receptore dodira.</p> <p>4. Objasniti receptore i pojma bola.</p>

	<p>5. Objasniti receptore temperature.</p>
<b>12. 23/17 Rajković Maša</b>	<p>1. Objasniti osnovne funkcije digestivnog sistema      2. Koji organi ulaze u sastav digestivnog sistema?      3. Objasniti ulogu usne duplje u digestivnom sistemu.      4. Objasniti kako funkcioniše želudac.      5. Djelovi i funkcije crijeva u digestivnom sistemu</p>
<b>13. 25/17 Rastoder Emir</b>	<p>1. Opisati anatomomorfološke karakteristike jetre.      2. Opisati metaboličku funkciju jetre.      3. Opisati anatomomorfološke karakteristike pakreasa.      4. Koje su endocrine funkcije pankreasa?      5. Koje su egzokrine funkcije pankreasa?</p>
<b>14. 26/17 Ražnatović Goran</b>	<p>1. Šta je funkcionalna dijagnostika i funkcionalni test?      2. Koji se aparati koriste tokom funkcionalnog testiranja?      3. Šta određuje funkcionalnu sposobnost sportiste?      4. Kako se testira aerobni kapacitet?      5. Kako se testira anaerobni kapacitet?</p>
<b>15. 34/17 Šljivić Mladen</b>	<p>1. Šta je snaga i koji su razlozi za testiranje snage?      2. Koji se testovi koriste za postavljanje kriterijuma mišićne snage?      3. Šta je izdrživost i zašto je važna?      4. Koje su osnovne podjele izdržljivosti?      5. Kako utiče aerobni nadražaj na organe i sisteme organa?</p>
<b>16. 49/17 Miljanić Dajana</b>	<p>1. Šta je doping?      2. Kako doping djeluje?      3. Objasniti klasifikaciju doping sredstava?      4. Šta spada u doping sredstva (MOK)?      5. Osnovne karakteristike doping kontrole.</p>
<b>17. 53/17 Perović Sanja</b>	<p>1. Šta spada u doping sredstva (MOK)?      2. Koji su stimulatori nervnog sistema i karakteristike njihovog djelovanja (kao doping sredstva)?</p>

	<p>3. Zbog čega β blokatori spadaju u doping sredstva?</p> <p>4. Šta su anabolički steroid i kako djeluju na organizam?</p> <p>5. Koje je vrijeme eliminacije doping sredstava?</p>
<b>18. 60/17 Vujadinović Marko</b>	<p>1. Šta je varenje hrane i zašto je bitno?</p> <p>2. Objasnite varenje i apsorpciju ugljenih hidrata, mast i proteina.</p> <p>3. U kom dijelu digestivnog trakta se apsorbuje voda i elektroliti?</p> <p>4. Navesti osnovne karakteristike apsorpcije elektrolita.</p> <p>5. Osnovne karakteristike vitamin.</p>

- 1- Pitanja – Detaljne odgovore na pitanja (5-10 rečenica po pitanju) dostaviti u .doc (ili srodnim) formatima, na e-mail: mirko.mikic@t-com.me do 30.04. 2020.

**Sportska fiziologija  
Saradnik u nastavi  
Dr Mirko Mikić**