

Medicinski fakultet / Fizioterapija / Sportska fizioterapija

Naziv predmeta:	Sportska fizioterapija			
Šifra predmeta	Status predmeta	Semestar	Broj ECTS kredita	Fond časova (P+V+L)
4340	Obavezan	2	12	5+4+0
Studijski programi za koje se organizuje	Fizioterapija			
Uslovljenost drugim predmetima	Nema uslova za prijavljivanje i slušanje predmeta.			
Ciljevi izučavanja predmeta	Studenti treba da upoznaju i da savladaju fizikalni menadžment povreda muskuloskeletnih struktura u sportu, kao i fizikalni menadžment regionalnih povreda u sportu.			
Ishodi učenja	Student: 1.Poznaje i objašnjava faktore koji dovode do sportskih povreda i demonstrira savremeno razumijevanje rehabilitacionih principa kod čestih sportskih povreda 2.Opisuje fiziološke procese povezane sa zacjeljenjem tkiva tetiva, ligamenata i mišića, objašnjava djelovanje fizioterapijskih tehnika i modaliteta koji pozitivno utiču na proces zacjeljenja 3.Prepoznaje karakteristike i mehanizme nastanka najčešćih sportskih povreda i klasifikuje sportske povrede na osnovu simptoma i znakova, razvoja i toka 4.Sprovodi fizioterapeutski pregled koristeći prethodno stečena znanja iz funkcionalne anatomije i kineziologije; pokazuje sposobnost da formuliše odgovarajući plan fizioterapije za akutne ili hronične sportske povrede, 5.Primjenjuje odabrane fizioterapijske intervencije, prati, po potrebi mijenja, i evaluiira efekte primijenjene fizioterapije 6.Pokazuje razumijevanje uloge i granica djelovanja fizioterapeuta u okviru multidisciplinarne rehabilitacije povrijeđenih sportista.			
Ime i prezime nastavnika i saradnika	Prof. dr Dragan Radovanović-nastavnik; dr sc. Vesna Samardžić - stručni saradnik (dr)			
Metod nastave i savladanja gradiva	Predavanja, seminari i vježbe. Izrada seminarskih radova. Aktivno učestvovanje u seminarskoj nastavi. Konsultacije.			
Plan i program rada				
Pripremne nedjelje	Priprema i upis semestra			
I nedjelja, pred.	Uvod. Biomehantički principi i sportske povrede. Psihološki stres i sportske povrede.			
I nedjelja, vježbe				
II nedjelja, pred.	Fizikalni menadžment. Vježbe fleksibilnosti. Vježbe jačanja. Pliometričke vježbe.			
II nedjelja, vježbe	Analiza biomehanike sportskih povreda. Demonstracija i uvježbavanje različitih modaliteta terapijskih vježbi fleksibilnosti, jačanja i vježbi pliometrijskog treninga. Uvođenje progresije. Pravila za trening.			
III nedjelja, pred.	Proprioceptivne vježbe. Mobilizacija i trakcija. Tejpung u sportu. Sportska masaža.			
III nedjelja, vježbe	Tehnike sportske masaže, frikciona masaža i mekotkivna mobilizacija, mobilizacija ožiljka i fascije, mobilizacija i trakcija zglobova, demonstracija i uvježbavanje.			
IV nedjelja, pred.	Fizikalni modaliteti. Lekovi i ergogena pomoćna sredstva u sportu.			
IV nedjelja, vježbe	Primjena modaliteta fizikalne terapije. Primjena kineziotejpunga u sportu. Demonstracija i uvježbavanje.			
V nedjelja, pred.	Fizikalni menadžment povreda muskuloskeletnih struktura u sportu. Mišići. Tetive. Ligamenti. Sinovijalne zglobne strukture. Kostii. Živci.			
V nedjelja, vježbe	Demonstracija i uvježbavanje fizikalnog menadžmenta povreda mišića, tetiva, ligamenata, sinovije zglobova, kostiju i živaca u sportu.			
VI nedjelja, pred.	Povrede u sportu usljed prenaprezanja. Stres frakture.			
VI nedjelja, vježbe	Povrede prenaprezanja i stres frakture, prepoznavanje osobenosti povreda, uzimanje istorije, fizioterapeutska procjena, rehabilitacioni program, uvježbavanje modaliteta vježbi.			
VII nedjelja, pred.	Fizikalni menadžment regionalnih povreda u sportu. Rame.			
VII nedjelja, vježbe	Menadžment povreda ramena u sportu.			
VIII nedjelja, pred.	Lakat. Ručje i šaka.			
VIII nedjelja, vježbe	Menadžment povreda lakta, ručja i šake u sportu.			
IX nedjelja, pred.	Kičma.			
IX nedjelja, vježbe	Menadžment povreda kičme u sportu.			
X nedjelja, pred.	Karlica. Natkoljenica kuk i prepona.			

X nedjelja, vježbe	Menadžment povreda natkoljenice, kuka i prepone u sportu.					
XI nedjelja, pred.	Koljeno. Patelofemoralni zglobov.					
XI nedjelja, vježbe	Menadžment povreda koljena i patelofemoralnog zgloba.					
XII nedjelja, pred.	Potkoljenica. Skočni zglobov i stopalo.					
XII nedjelja, vježbe	Menadžment povreda potkoljenice, skočnog zgloba i stopala.					
XIII nedjelja, pred.	Povrede djece i adolescenata u sportu.					
XIII nedjelja, vježbe	Menadžment povreda djece i adolescenata u sportu.					
XIV nedjelja, pred.	Povrede sportistkinja.					
XIV nedjelja, vježbe	Menadžment povreda sportistkinja.					
XV nedjelja, pred.	Povrede specifične za pojedine sportove.					
XV nedjelja, vježbe	Menadžment povreda specifičnih za pojedine sportove.					
Opterećenje studenta	U semestru Nastava i završni ispit: (16 sati) x 16 = 256 sati Neophodne pripreme prije početka semestra (administracija, upis, ovjera): (16) x 2 = 32 sata Ukupno opterećenje za predmet: 12 x 30 = 360 sati Struktura opterećenja: 256 sati (nastava i završni ispit) + 32 sata (priprema) + 72 sati (dopunski rad)					
Nedjeljno			U toku semestra			
12 kredita x 40/30=16 sati i 0 minuta 5 sat(a) teorijskog predavanja 0 sat(a) praktičnog predavanja 4 vježbi 7 sat(a) i 0 minuta samostalnog rada, uključujući i konsultacije			Nastava i završni ispit: 16 sati i 0 minuta x 16 =256 sati i 0 minuta Neophodna priprema prije početka semestra (administracija, upis, ovjera): 16 sati i 0 minuta x 2 =32 sati i 0 minuta Ukupno opterećenje za predmet: 12 x 30=360 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) 72 sati i 0 minuta Struktura opterećenja: 256 sati i 0 minuta (nastava), 32 sati i 0 minuta (priprema), 72 sati i 0 minuta (dopunski rad)			
Obaveze studenta u toku nastave			Studenti su obavezni da pohađaju nastavu i vježbe, da se pripremaju za vježbe, da rade i predaju seminarske radove i da aktivno učestvuju u seminarskoj nastavi.			
Konsultacije			Konsultacije se organizuju prema potrebi.			
Literatura			1. Kolt GS, Snyder-Mackler L: Physical Therapies in Sport and Exercise. Churchill Livingstone 2003. 2. Andrews JR, Harrelson GL, Wilk KE: Physical Rehabilitation of the Injured Athlete. Saunders 2004. 3. Bull RC: Handbook of Sports Injuries. MC Graw-Hill 1999. 4. Fritz S: Sports & Exercise Massage: Comprehensive Care in Athletics, Fitness & Rehabilitation. Mosby, 2005. 5. Perrin DH: Athletic Taping and Bracing. Human Kinetics 2005. 6. D. Banović i ost.: Sportske povrede. Beograd: Medicinska knjiga, 1993.			
Oblici provjere znanja i ocjenjivanje			Pohađanje i praćenje predavanja i vježbi ocjenjuje se maksimalno sa 5 poena; 2 seminarska rada se ocjenjuje maksimalno sa ukupno 5 poena (svaki rad maksimalno sa 2,5 poena); 2 kolokvijuma se ocjenjuju maksimalno sa ukupno 40 bodova (svaki kolokvijum maksimalno sa 20 poena); završni ispit se ocjenjuje maksimalno sa 50 poena; prelazna ocjena se dobija ako se kumulativno sakupi najmanje 50 poena			
Posebne naznake za predmet			Nema			
Napomena			Nema			
Ocjena:	F	E	D	C	B	A
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