

## SYLLABUS

**1. Puni naziv nastavnog predmeta:**

Fiziologija sporta

**2. Skraćeni naziv nastavnog predmeta / šifra:****3. Ciklus studija:**

1

**4. Bodovna vrijednost ECTS:**

4

**5. Status nastavnog predmeta:** Obavezni  Izborni**6. Preduslovi za polaganje nastavnog predmeta:****7. Ograničenja pristupa:****8. Trajanje / semestar:**

15

4

**9. Sedmični broj kontakt sati:**

9.1. Predavanja:

2

9.2. Auditorne vježbe:

0

9.3. Laboratorijske / praktične vježbe:

1

**10. Fakultet:**

Fakultet za tjelesni odgoj i sport

**11. Odsjek / Studijski program:**

Edukacija trenera u sportu/Sportski trener

**12. Odgovorni nastavnik:**

Prof. dr sc. Farid Ljuca

**13. E-mail nastavnika:**

farid.ljuca@untz.ba

**14. Web stranica:**

www.ftos.untz.ba

**15. Ciljevi nastavnog predmeta:**

Upoznavanje studenata sa osnovnim mehanizmima funkcionisanja mišića, respiratornog, probavnog, kardiovaskularnog, endokrinog i nervnog sistema u mirovanju i vježbanju.

**16. Ishodi učenja:**

Na kraju semestra/kursa uspješni studenti, koji su tokom čitavog nastavnog perioda kontinuirano obavljali svoje obaveze, će biti osposobljeni za razumijevanje osnovnih mehanizama funkcionisanja ljudskog tijela u mirovanju i vježbanju.

**17. Indikativni sadržaj nastavnog predmeta:****Modul 1**

Funkcionalna organizacija ljudskog organizma. Homeostaze. Membranski potencijali. Funkcionalna građa mišića. Mehanizam i tipovi mišićnih kontrakcija. Metabolički sistemi mišića. Jačina, snaga i izdržljivost mišića.

Srčani ciklus, minutni volumen srca, srednji arterijski pritisak i njihova regulacija u mirovanju i vježbanju. Protok krvi kroz mišiće u mirovanju i vježbanju. Adaptacija kardiovaskularnog sistema na vježbu.

Mehanizmi funkcionisanja i adaptacija respiratornog sistema u mirovanju i vježbanju. Mehanizmi funkcionisanja probavnog sistema u mirovanju i vježbanju.

**Modul 2**

Funkcionalna organizacija nervnog sistema. Nervne sinapse. Somatski i čulni osjeti. Motorne funkcije kičmene moždine, moždanog debla, malog i velikog mozga. Adaptacija nervnog sistema na vježbu. Funkcije hipofize, štitne, paratireoidnih, nadbubrežnih i spolnih žlijezda. Fiziologija endokrinog pankreasa. Funkcija hormona srži nadbubrežne žlijezde. Adaptacija endokrinog sistema na vježbu.

**18. Metode učenja:**

Predavanje i laboratorijske vježbe.

**19. Objašnjenje o provjeri znanja:**

Za provjeru usvojenog znanja na predmetu Fiziologija sporta se koriste pismene ili usmene metode.

Predispitne aktivnosti su 50 bodova: prisustvo predavanjima i vježbama 5 bodova i kontinuirana provjera znanja 45 bodova (kolokvij iz vježbi 5 bodova i 40 bodova sadržaj Modula 1).

Završni ispit je 50 bodova i realizuje se polaganjem sadržaja Modula 2 (fiziologija nervnog i endokrinog sistema u mirovanju i vježbanju)

Završni ispit se polaže nakon odslušanog VI semestra.

**20. Težinski faktor provjere:**

Obaveze studenata	Bodovi
Prisustvo predavanjima i vježbama	5 bodova
Kolokvijum iz vježbi	5 bodova
Test 1 (sadržaj modula 1)	40 bodova (minimalno 21)
Završni ispit (sadržaj modula 2)	50 bodova (minimalno 26)
<b>BROJ BODOVA-KONAČNA OCJENA</b>	
94–100	Deset (10) A
84–93	Devet (9) B
74–83	Osam (8) C
64–73	Sedam (7) D
53–63	Šest (6) E
<53	Pet (5) F

**21. Osnovna literatura:**

1. Farid Ljuca (urednik) i saradnici. Fiziologija čovjeka. Tuzla, Eurografika, 2010.

**22. Internet web reference:****23. U primjeni od akademske godine:**

2015/2016

**24. Usvojen na sjednici NNV/UNV:**