

SYLLABUS

1. Puni naziv nastavnog predmeta:

Sportska medicina II

2. Skraćeni naziv nastavnog predmeta / šifra:**3. Ciklus studija:****4. Bodovna vrijednost ECTS:****5. Status nastavnog predmeta:** Obavezni Izborni**6. Preduslovi za polaganje nastavnog predmeta:****7. Ograničenja pristupa:****8. Trajanje / semestar:****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:

Tjelesni odgoj i sport

12. Odgovorni nastavnik:

Prof. dr sc. Samir Mačković

13. E-mail nastavnika:

samir.mackovic@untz.ba

14. Web stranica:

www.ftos.untz.ba

15. Ciljevi nastavnog predmeta:

Upoznati se sa metodama i instrumentarijem za pružanje prve pomoći, kao i preveniranju sportskih povreda i njihovom liječenju. Upoznati se sa suplementacijom, odnosno ishranom i jelovnikom sportista.

16. Ishodi učenja:

Osposobljenost za pružanje prve pomoći prema medicinskim postulatima.
Sticanje znanja u prevenciji sportskih povreda i kako tu prevenciju provoditi u praktičnom radu.
Učestvovanje u liječenju i provođenju procesa rehabilitacije povrijeđenih sportista.
Kontrola prehrane sportista te sastavljanje jelovnika sportista i rekreativaca.

17. Indikativni sadržaj nastavnog predmeta:

Definicije i područja humane medicine.
Zadaci sportskog ljekara.
Uticaj tjelesnog vježbanja na zdravlje - bolesti civilizacije.
Zdravstvena kontrola: svrha i značaj preventivnih pregleda.
Izvođenje pregleda.
Kontraindikacije za sportsku aktivnost.
Sportsko srce.
Karakteristika elektrokardiograma trenirane osobe.
Određivanje sposobnosti.
Karakteristikei pregleda pojedinih grupacija sporta.
Patologija sportskih napora: sportske povrede i oštećenja.
Sistematika sportskih povreda. Povrede kože i potkožnoga tkiva, povrede mišića i tetiva, povrede zglobova, povrede kostiju i pokosnice, povrede glave, povrede grudnog koša, povreda trbuha, povrede urogenitalnih organa.
Ortostatski kolaps.
Pretreniranost.
Doping.
Specifične povrede i oštećenja po sportovima.
Prevenција povređivanja.
Rehabilitacija.

18. Metode učenja:

U cilju efikasnog izvođenja nastave i postizanja očekivanih ciljeva predmeta i kompetencija studenata planirane su aktivnosti uspješnog učenja: konkretno iskustvo, promatranje i aktivno eksperimentiranje. Stilovi učenja na nastavi: vizualni, auditivni, kinestetički. Nastavne metode: predavanja (teorijska nastava uz upotrebu multimedijalnih sredstava, tehnika aktivnog učenja i diskusije), praktična nastava (vježbe).

19. Objašnjenje o provjeri znanja:**OBAVEZE STUDENATA**

Prisutnost i aktivnost na satu	Bodovi
predispitne obaveze	
-predavanja P	10
-vježbe P	10
-predavanja A	3
-vježbe A	5
-pravila PO	4

-kolokvij1 P	7
-kolokvij1 T	7
-kolokvij2 P	7
-kolokvij2 T	7

ispiti	
vježbe ispitni termin	20
teorija ispitni termin	20

Ukupno	100 bodova

20. Težinski faktor provjere:

Konačna ocjena se formira u odnosu na ukupan broj postignutih bodova tokom semestra, tj. predispitnih obaveza i samoga završnog ispita.

BODOVI	KONAČNA OCJENA
<53	pet (5); ne zadovoljava; F
54-63	šest (6); dovoljan; E
64-73	sedam (7); dobar; D
74-83	osam (8); vrlo dobar; C
84-93	devet (9); izvanredan; B
94-100	deset (10); odličan; A

21. Osnovna literatura:

Medved, R. i sur. (1987). Sportska medicina, Zagreb: JUMENA

Kibler, B.W. (1990). The sport preparticipation fitness examination. Human Kinetics, Champaign, Illinois.

Pećina, M. (1992). Sindromi prenaprezanja. Zagreb: Globus.

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

2015/2016

24. Usvojen na sjednici NNV/UNV: