

OPĆE INFORMACIJE			
Naziv predmeta	Sportska i rekreacijska medicina		
Studijski program	Specijalistički diplomski stručni studij Preventivna fizioterapije		
Status predmeta (O/I)	Obvezan		
Semestar	Prvi		
Bodovna vrijednost i način izvođenja nastave	ECTS koeficijent opterećenja studenata	3	
	Broj sati nastave (P+V+S)	15+15+15	
	Vrijeme i mjesto izvođenja nastave	I. semestar, prema rasporedu	
	Jezik na kojemu se izvodi predmet	Hrvatski	
Nositelj predmeta	Kabinet	Vrijeme konzultacija	e-mail
doc. dr. sc. Iva Šklempa Kokić, v. pred.	-	nakon nastave prema rasporedu sati i po dogovoru	ivasklempekocik@gmail.com
Suradnici na predmetu	Kabinet	Vrijeme konzultacija	e-mail
Ivan Dodlek, dipl. physioth.	-	nakon nastave prema rasporedu sati i po dogovoru	idodlek95@gmail.com
OPIS PREDMETA			
Ciljevi predmeta			
Opći cilj predmeta je upoznavanje studenata s naprednim znanjima o biomedicinskim aspektima sudjelovanja u tjelesnoj aktivnosti, korisnim učincima redovite tjelesne aktivnosti kao i o štetnim učincima tjelesne neaktivnosti kod različitih populacija.			
Uvjeti za upis predmeta			
Nema uvjeta za upis predmeta.			
Očekivani ishodi učenja za predmet			
<p>Nakon uspješno završenog predmeta studenti će moći:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Vrednovati ulogu tjelesne aktivnosti u promociji zdravlja i prevenciji bolesti, 2. Opravdati ulogu fizioterapeuta u interdisciplinarnom timu unutar područja sportske i rekreacijske medicine, 3. Predvidjeti endogene i egzogene faktore sportskih ozljeda, sindroma prenaprezanja i pretreniranosti kao i mjere njihove prevencije te osnovne principe liječenja, 4. Usporediti osnovne postupke funkcionalne sportske dijagnostike i zdravstvenih pregleda kod sportaša, rekreativaca i neaktivne populacije, 5. Utvrditi potrebne mjere za primjenu prve pomoći na sportskom terenu, 6. Procijeniti značaj doping kontrole na sportskim natjecanjima, 7. Vrednovati različite oblike zdravstvenog nadzora i metodologiju zdravstvenog pregleda sportaša i rekreativaca, 8. Predvidjeti doznu ovisnost vježbanja i zdravstvenih učinaka prilikom propisivanja pravilne doze tjelesnih aktivnosti sukladno indikacijama i potrebama korisnika. 			
Sadržaj predmeta			
<p>Sadržaj predmeta je sljedeći:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Uvodno predavanje: biomedicinski aspekti sudjelovanja u tjelesnoj aktivnosti 2. Korisni učinci redovite tjelesne aktivnosti i štetni učinci tjelesne neaktivnosti 3. Društveni i javnozdravstveni značaj tjelesne aktivnosti i neaktivnosti 4. Uloga fizioterapeuta u interdisciplinarnom timu unutar područja sportske i rekreacijske medicine 			

5. Prevencija sportskih ozljeda i oštećenja te pretreniranosti 6. Liječenje i rehabilitacija sportskih ozljeda i oštećenja 7. Sportska i zdravstvena testiranja sportaša i rekreativaca te dopinška kontrola 8. Prva pomoć u sportu i prevencija incidenata, 9. Smjernice za tjelesnu aktivnost odraslih osoba 10. Smjernice za tjelesnu aktivnost kod djece i mladih 11. Smjernice za tjelesnu aktivnost kod specijalnih populacija 12. Dizajniranje i evaluacija programa tjelesne aktivnosti za različite grupe korisnika			
• Vrste izvođenja nastave	x	predavanja	terenska nastava
	x	vježbe	samostalni zadaci
	x	seminari i radionice	mentorski rad
	x	obrazovanje na daljinu	praktični rad
	x	multimedija i mreža	x Konzultacije
		laboratorij	ostalo _____
Način vrednovanja i ocjenjivanja			
Oblici praćenja i provjeravanja		usmeno	pismeno x usmeno i pismeno
Elementi praćenja i provjeravanja	opterećenje u ECTS		udio (%) u ocjeni
Pohađanje nastave	0,25		10
Kolokvij	0,75		20
Seminarski rad	1		35
Završni ispit (pismeni)	1		35
Ukupno	3		100
Način oblikovanja konačne ocjene			
<p>Pohađanjem nastave student ostvaruje maksimalno 10 bodova (70% prisutnosti nastavi donosi 3 boda, 80% prisutnosti donosi 5 bodova, 90% prisutnosti donosi 7 bodova te 100% prisutnosti donosi 10 bodova). Tijekom semestra održat će se kolokvij koji donosi maksimalno 20 bodova, a za prolaz je potrebno minimalno ostvariti 10 bodova. Seminarski rad donosi maksimalno 35 bodova te je njegovo prezentiranje uvjet za ostvarivanje bodova. Uvjeti bodovanja seminara nalaze se u Uputama za izradu seminara koje se dobivaju na uvodnom predavanju. Ukoliko je student tijekom semestra položio kolokvij, uspješno napisao i prezentirao seminarski rad te ima barem 3 boda iz pohađanja nastave pristupa pismenom završnom ispitu. Završni ispit donosi maksimalno 35 bodova, a za prolaz je potrebno ostvariti minimalno 20 bodova.</p> <p>Konačna ocjena na temelju svih prethodno gore opisanih elemenata praćenja i vrednovanja te sukladno Pravilniku o ocjenjivanju oblikuje se na sljedeći način:</p> <ul style="list-style-type: none"> - od 90 do 100 bodova - ocjena izvrstan (5), - od 80 do 89,9 bodova - ocjena vrlo dobar (4), - od 65 do 79,9 bodova - ocjena dobar (3), - od 50 do 64,9 bodova - ocjena dovoljan (2). 			
Ostale informacije relevantne za praćenje rada studenata, vrednovanje i ocjenjivanje			
Student ostvaruje pravo na potpis i pravo izlaska na završni ispit ako ispunjava uvjet dolaznosti na nastavu od 70% te je položio kolokvij i prezentirao seminarski rad.			
Obvezna literatura			
1. Heimer, S. (2018.). Zdravstvena kineziologija. Zagreb: Medicinska naklada 2. Pećina, M. i sur. (2019). Sportska medicina. Zagreb: Medicinska naklada			

3. Uremović, M., Davila, S. (2018.). Rehabilitacija ozljeda lokomotornog sustava. Zagreb: Medicinska naklada.

Dopunska literatura

1. Riebe, D., Ehrman, J. K., Ligouri, G., Magal, M. American College of Sports medicine (2017.). ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription. 10th Edition. Philadelphia: Wolters Kluwer.
2. Madden, C. C., Putukian, M., McCarty, E. C., Young, C. G. (2018). Netter's Sports Medicine. 2nd Edition. Philadelphia: Elsevier.
3. Brukner, P., Clarsen, B., Cook, J., Cools, A., Crossley, K., Hutchinson, M., PcCorry, P., Bahr, R., Khan, K. (2016.). Brukner & Khan's Clinical Sports Medicine: Injuries, Volume 1, 5th Edition. Sydney: McGraw-Hill Education (Australia)
4. Joyce, D., Lewindon, D. (2016.). Sports Injury Prevention and Rehabilitation. London: Routledge.

Načini praćenja kvalitete

Izvedba predmeta prati se putem anonimne studentske ankete.