

OPĆE INFORMACIJE			
Naziv predmeta	Kondicijska priprema u medicinskim uvjetima		
Studijski program	Stručni diplomski studij Preventivna fizioterapija		
Status predmeta (O/I)	O		
Semestar	Ljetni		
Bodovna vrijednost i način izvođenja nastave	ECTS koeficijent opterećenja studenata	5	
	Broj sati nastave (P+V+S)	2+1+1	
	Vrijeme i mjesto izvođenja nastave	prema rasporedu – VEVU	
	Jezik na kojemu se izvodi kolegij	Hrvatski	
Nositelj predmeta	Kabinet	Vrijeme konzultacija	e-mail
Marko Kunac, mag.cin.pred	214	Nakon vježbi	marko.kunac@vevu.hr
Suradnici na predmetu	Kabinet	Vrijeme konzultacija	e-mail
-	-	-	-
OPIS PREDMETA			
Ciljevi predmeta			
Upoznavanje studenata s povezanošću sedentarnog načina života i povećane učestalosti kroničnih nezazarnih bolesti i potrebom za programiranim kondicioniranjem posebnih grupa oboljenja (koronarna bolest srca, pretilost i metabolički sindrom, dijabetes, osteoporoza). Razumijevanje principa i učinaka kondicijskog treninga na izabrane aspekte metabolizma kod bolesne populacije i uloga treninga aerobne sposobnosti i treninga jakosti na prevenciju i tretman navedenih oboljenja.			
Uvjeti za upis predmeta			
Nema uvjeta za upis predmeta.			
Očekivani ishodi učenja za predmet			
Studenti će moći: <ol style="list-style-type: none"> 1. Procijeniti funkcionalne i motoričke sposobnosti pojedinca ili grupe te prilagoditi proces kondicijske pripreme. 2. Odabrati adekvatne fizioterapijske načine kojima će unaprijediti postojeće zdravstveno stanje pojedinca ili grupe. 3. Povratnim informacijama te kritičkim razmišljanjem voditi kondicijsku pripremu osobe ili osoba s medicinskim poteškoćama. 4. Adekvatno voditi trenažni proces te jasno znati objasniti pojedincu ili grupi razloge nastanka postojeće ozljede te preventivno djelovanje programa za sprječavanje daljeg nastanka ozljede. 5. Prilagoditi trenažni proces stjecanja funkcionalnih ili motoričkih sposobnosti pojedincu ili grupi. 			
Sadržaj predmeta			
Struktura i funkcija mišićnog, neuromišićnog, cirkulacijskog i respiratornog sustava tijekom kondicijskog treninga, Bioenergetika treninga posebnih grupa, Endokrini odgovori na trening jakosti kod oboljelih osoba, Adaptacije na anaerobni kondicijski trening, Specifične prilagodbe na aerobni kondicijski trening, Zagrijavanje i istezanje, Trening jakosti i tehnike kod oboljele populacije, Pliometrijski trening kod osteoporoze i sarkopenije, Periodizacija kondicioniranja posebnih skupina, rehabilitacija i rekondicioniranje.			

Vrste izvođenja nastave	x	Predavanja, vježbe, izlaganje seminara.				
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	1			50%		
Izrada seminara	2			20%		
Završni ispit (pismeni i/ili usmeni)	2			30%		
Ukupno	5			100%		
Način oblikovanja konačne ocjene						
<p>Načini provjere znanja studenata:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Način provjere znanja tijekom nastave će sadržavati: izradu i prezentaciju seminarskog rada te aktivno sudjelovanje u rješavanju zadataka na vježbama – Način provjere znanja na završnom ispitu sastoji se od pismenog i usmenog ispita. – Tijekom semestra svaki student mora izraditi i prezentirati jedan seminarski rad te redovito rješavati zadatke predviđene planom i programom u okviru vježbi. – Napisani i izloženi seminarski rad predstavlja uvjet za izlazak na ispit. – Prezentacija seminara se javno izvodi na vježbama pred ostalim kolegama u trajanju od 10 – 15 minuta. Tema seminara je jedna od unaprijed ponuđenih. – Aktivnost na vježbama sastoji se od samostalnog rješavanja zadataka. – Od redovnih studenata se očekuje prisutnost na nastavi minimalno 70 %. <p>Konačna se ocjena dobiva na sljedeći način: Ukupan maksimalno ostvariv broj bodova je 100.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 90 i više bodova = 5 (izvrstan) • 80 – 90 bodova = 4 (vrlo dobar) • 70 – 80 bodova = 3 (dobar) • 60 – 70 bodova = 2 (dovoljan) • Manje od 60 bodova = 1 (nedovoljan) 						
Ostale informacije relevantne za praćenje rada studenata, vrednovanje i ocjenjivanje						
-						
Obvezna literatura						
1. Mišigoj-Duraković, M. i sur. (2018). Tjelesno vježbanje i zdravlje. Zagreb: Znanje. 2. Jukić, I., Marković, G. (2010). Kondicijske vježbe s utezima. Zagreb: Kineziološki fakultet 3. Saltin, B., Boushel, R., Secher, N., Mitchell, J. (2000): Exercise and Circulation in Health & Disease, Champaign: HK.						
Dopunska literatura						
1. Joyce, D. (2016). Sports Injury Prevention and Rehabilitation 1st Edition. London: Routledge. 2. Donatelli, R.A. (2007). Sports-Specific Rehabilitation, 1st Edition. Churchill Livingstone: Elsevier.						
Načini praćenja kvalitete						
Izvedba predmeta prati se putem anonimne studentske ankete (vrednovanje kvalitete održane nastave).						