

Fakultet za sport i fizičko vaspitanje / Obrazovanje sportskih trenera / Osnovi fiziologije i fiziologija sporta I

Naziv predmeta:	Osnovi fiziologije i fiziologija sporta I			
Šifra predmeta	Status predmeta	Semestar	Broj ECTS kredita	Fond časova (P+V+L)
8170	Obavezan	3	5	2+1+0
Studijski programi za koje se organizuje	Obrazovanje sportskih trenera			
Uslovljenost drugim predmetima	Nema uslova za slušanje i prijavljivanje predmeta			
Ciljevi izučavanja predmeta	Predmet ima za cilj da upozna studenta sa fiziologijom čovjekovog tijela			
Ishodi učenja	1.Ovlada osnovnim principima fiziologije ćelije i njene funkcije kod čovjeka; 2.Objasnjava strukturu i funkciju primjenjene fiziologije sporta; 3.Koristi fizioloski aspekt lokomotornog sistema u kreiranju nastavnog i trenaznog procesa; 4.Analizira adaptaciju kardiorespiratornog i urogenitalnog sistema na napor i vježbanje, sportski trening; 5.Vrednuje morfološke i funkcionalne karakteristike potrosnje kiseonika;			
Ime i prezime nastavnika i saradnika	Prof dr.Miroslav Kezunović-nastavnik; dr med sci Zoran Terzić asistent			
Metod nastave i savladanja gradiva	Predavanja, vježbe , kolokvijumi i konsultacije			
Plan i program rada				
Pripremne nedjelje	Priprema i upis semestra			
I nedjelja, pred.	Uvod u fiziologiju čovjeka.Ćelija i njene funkcije, Homeostaza,tjelesne tečnosti.			
I nedjelja, vježbe				
II nedjelja, pred.	Struktura i funkcija ćelijske membrane, Membranski i akcioni potencijal.			
II nedjelja, vježbe	Struktura i funkcija ćelijske membrane, Membranski i akcioni potencijal.			
III nedjelja, pred.	Fiziologija lokomotornog sistema. Mišićno tkivo. Kontrakcija i hipertrofija mišića.			
III nedjelja, vježbe	Fiziologija lokomotornog sistema. Mišićno tkivo. Kontrakcija i hipertrofija mišića.			
IV nedjelja, pred.	Uticaj sportskog treninga na mišiće i mišićni rad. Zamor.			
IV nedjelja, vježbe	Uticaj sportskog treninga na mišiće i mišićni rad. Zamor.			
V nedjelja, pred.	Fiziološki aspekt koštanog tkiva : vrste, sastav i uloga. Uticaj sporta na koštani sistem.			
V nedjelja, vježbe	Fiziološki aspekt koštanog tkiva : vrste, sastav i uloga. Uticaj sporta na koštani sistem.			
VI nedjelja, pred.	Sastav i uloga krvi. Krvnegrupe, imunitet. Koagulacija.Cirkulacija.			
VI nedjelja, vježbe	Sastav i uloga krvi. Krvnegrupe, imunitet. Koagulacija.Cirkulacija.			
VII nedjelja, pred.	KOLOKVIJUM I			
VII nedjelja, vježbe				
VIII nedjelja, pred.	Fiziološka gradnja srčanog mišića.Regulisanje rada srca. Principi hemodinamike.			
VIII nedjelja, vježbe				
IX nedjelja, pred.	Fiziološki uzroci šoka.Adaptacija kardiovaskularnog sistema na napor i vježbanje.			
IX nedjelja, vježbe	Fiziološki uzroci šoka.Adaptacija kardiovaskularnog sistema na napor i vježbanje.			
X nedjelja, pred.	Respiratorni sistem. Struktura i funkcija.Kiseonički dug. Respiratorna membrana.			
X nedjelja, vježbe	Respiratorni sistem. Struktura i funkcija.Kiseonički dug. Respiratorna membrana.			
XI nedjelja, pred.	Mehanika disanja. Plućni volumeni i kapaciteti. Disanje u toku mišićnog rada			
XI nedjelja, vježbe	Mehanika disanja. Plućni volumeni i kapaciteti. Disanje u toku mišićnog rada			
XII nedjelja, pred.	Adaptacija respiratornog sistema na napor. Potrošnja O ₂ .Aerobni metabolizam.			
XII nedjelja, vježbe	Adaptacija respiratornog sistema na napor. Potrošnja O ₂ .Aerobni metabolizam.			
XIII nedjelja, pred.	Urogenitalni sistem.			

XIII nedjelja, vježbe	Urogenitalni sistem.					
XIV nedjelja, pred.	Morfološke i funkcionalne karakteristike bubrega i nefrona.					
XIV nedjelja, vježbe	Morfološke i funkcionalne karakteristike bubrega i nefrona.					
XV nedjelja, pred.	KOLOKVIJUM II Regulisanje acidobazne ravnoteže. Reproductivni sistem Završni ispit					
XV nedjelja, vježbe	Regulisanje acidobazne ravnoteže. Reproductivni sistem Završni ispit					
Opterećenje studenta	nedjeljno 5 kredita x 40/30 = 5 sati i 20 minuta Struktura: 2 sata predavanja 1 sat vježba 2 sata i 20 minuta samostalni rad u pripremi vežbi i kolokvijuma uključujući konsultacije u semestru Nastava i završni ispit 5 sati 20 minuta x 16 = 85sati Neophodne pripreme pre početka semestra 2 x 5 sati i 20 minuta = 10 sati i 40 minuta Ukupno opterećenje za predmet 4 x 30 = 120 sati Dopunski rad za pripremu ispita u popravnom ispitnom roku, uključujući i polaganje popravnog ispita od 0-24 sata I 20 min Struktura opterećenja 85 sati , nastava + 10 sati i 40 minuta-priprema+24 satai 20 min-dopunski rad					
Nedjeljno	U toku semestra					
5 kredita x 40/30=6 sati i 40 minuta 2 sat(a) teorijskog predavanja 0 sat(a) praktičnog predavanja 1 vježbi 3 sat(a) i 40 minuta samostalnog rada, uključujući i konsultacije	Nastava i završni ispit: 6 sati i 40 minuta x 16 =106 sati i 40 minuta Neophodna priprema prije početka semestra (administracija, upis, ovjera): 6 sati i 40 minuta x 2 =13 sati i 20 minuta Ukupno opterećenje za predmet: 5 x 30=150 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) 30 sati i 0 minuta Struktura opterećenja: 106 sati i 40 minuta (nastava), 13 sati i 20 minuta (priprema), 30 sati i 0 minuta (dopunski rad)					
Obaveze studenta u toku nastave	Studenti su obavezni da pohađaju nastavu i polože dva kolokvijuma					
Konsultacije	obavljaju se prema ranije utvrdjenim terminima					
Literatura	Gayton; Medicinska fiziologija ; M.Kezunović i sar. Osnovi fiziologije i fiziologija sporta; Drecun M. i sar. Praktikum iz fiziologije					
Oblici provjere znanja i ocjenjivanje	Ocjenjuje se: - Prisustvo nastavi 6 poena - Ažurnost na nastavi 4 poena - Dva kolokvijuma					
Posebne naznake za predmet	nema					
Napomena	Metodske jedinice praktične nastave odgovaraju metodskim jedinicama teorijske nastave.					
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