

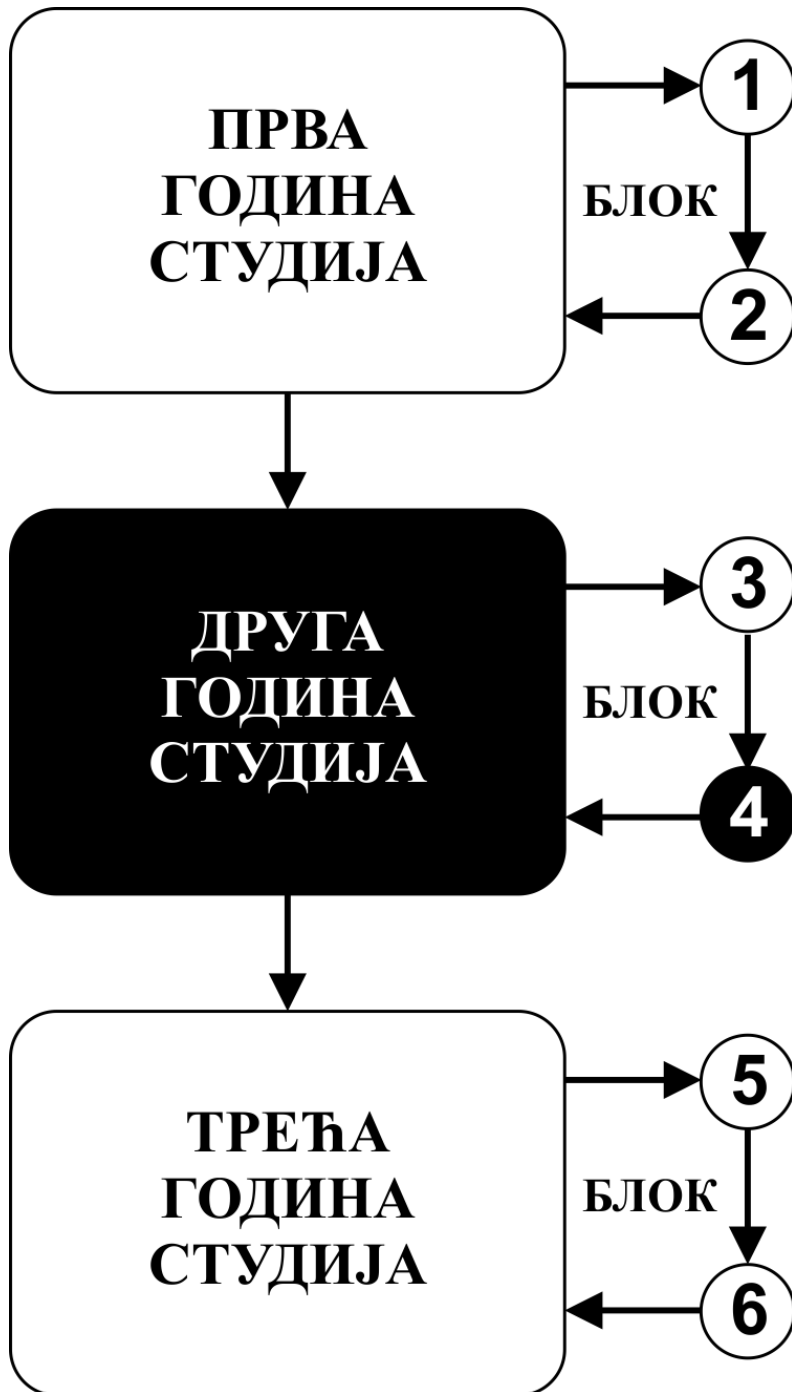


**ОСНОВНЕ СТРУКОВНЕ СТУДИЈЕ
СТРУКОВНИ ФИЗИОТЕРАПЕУТ**

ДРУГА ГОДИНА СТУДИЈА

школска 2016/2017.

ОПШТА КИНЕЗИТЕРАПИЈА



Предмет:

ОПШТА КИНЕЗИТЕРАПИЈА

Предмет се вреднује са 6 ЕСПБ. Недељно има 4 часова активне наставе (3 часа предавања и 1 час рада у малим групама).

НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ:

| РБ | Име и презиме | Email адреса | Звање |
|----|---------------------------|-----------------------------------|------------|
| 1. | Миодраг Вељковић | veljkovic.miodrag@gmail.com | Професор |
| 2. | Катарина Парезановић Илић | katarinaparezanovicilic@gmail.com | Доцент |
| 3. | Тања Луковић | tanjalukovic_kg@yahoo.com | Доцент |
| 4. | Александра Јуришић Шкевин | jsaleksandra@gmail.com | Доцент |
| 5. | Јелена Танасијевић | dzenytopola@gmail.com | Инструктор |

СТРУКТУРА ПРЕДМЕТА:

| Модул | Назив модула | Недеља | Предавања | Рад у малој групи | Наставник-руководилац модула |
|-------|--------------------------------|--------|-----------|-------------------|------------------------------|
| 1 | Основе кинезитерапије | 8 | 3 | 1 | Миодраг Вељковић |
| 2 | Клиничка кинезитерапија | 7 | 3 | 1 | Миодраг Вељковић |
| | | | | | $\Sigma 45+15=60$ |

ОЦЕЊИВАЊЕ:

Оцена је еквивалентна броју стечених поена (види табеле). Поени се стичу на следећи начин:

АКТИВНОСТ У ТОКУ НАСТАВЕ: На овај начин студент може освојити до 15 поена, тако што током теоретске и практичне наставе одговара на питања која вреде 0-1 поен.

МОДУЛСКИ ТЕСТОВИ: На овај начин студент може освојити до 20 поена, тако што на сваком од 2 модула теста може освојити 0-10 поена.

ПРАКТИЧНИ ИСПИТ: На овај начин студент може освојити до 20 поена, тако што се добијена оцена множи са 2 поена.

УСМЕНИ ИСПИТ: На овај начин студент може освојити до 45 поена, тако што на свако од 3 питања може добити 0-15 поена.

| МОДУЛ | | МАКСИМАЛНО ПОЕНА | | | |
|-------|-------------------------|--------------------------|---------------|-----------------|--------------|
| | | Активност у току наставе | Модулски тест | Практични испит | Усмени испит |
| 1 | Основе кинезитерапије | 15 | 10 | 20 | 45 |
| 2 | Клиничка кинезитерапија | | 10 | | |
| Σ100 | | 15 | 20 | 20 | 45 |

Завршна оцена се формира на следећи начин:

Да би студент положио предмет мора да стекне минимум 55 поена, да положи практични и усмени испит.

| број освојених поена | оцена |
|----------------------|-------|
| 0 - 54 | 5 |
| 55 - 64 | 6 |
| 65 - 74 | 7 |
| 75 - 84 | 8 |
| 85 - 94 | 9 |
| 95 - 100 | 10 |

ТЕСТОВИ ПО МОДУЛИМА

МОДУЛ 1.

ЗАВРШНИ ТЕСТ
0-10 ПОЕНА

ОЦЕЊИВАЊЕ **ЗАВРШНОГ ТЕСТА**

Тест има 10 питања.

Студент мора решити 50% + 1 питање да би освојио поене: бодовање почиње са преко 5 тачних одговора, и то тако што сваки наредни тачан одговор носи 2 поена.

МОДУЛ 2.

ЗАВРШНИ ТЕСТ
0-10 ПОЕНА

ОЦЕЊИВАЊЕ **ЗАВРШНОГ ТЕСТА**

Тест има 10 питања.

Студент мора решити 50% + 1 питање да би освојио поене: бодовање почиње са преко 5 тачних одговора, и то тако што сваки наредни тачан одговор носи 2 поена.

ЛИТЕРАТУРА:

| НАЗИВ УЦБЕНИКА | АУТОРИ | ИЗДАВАЧ | БИБЛИОТЕКА |
|--|-------------------|--|------------|
| Клиничка кинезитерапија | Милорад Р. Јевтић | Медицински факултет, Крагујевац, 2006. | Има |
| Сва предавања и материјал за рад у малој групи налазе се на сајту Факултета медицинских наука: www.medf.kg.ac.rs | | | |

ПРОГРАМ

ПРВИ МОДУЛ: ОСНОВЕ КИНЕЗИТЕРАПИЈЕ

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 1 (ПРВА НЕДЕЉА):

Предавања: Увод у кинезитерапију. Принципи кинезитерапије. Индикације и контраиндикације за кинезитерапију.
Рад у малој групи: Сала за кинезитерапију. Опрема за кинезитерапију.

УВОД У КИНЕЗИТЕРАПИЈУ.

| предавања 3 часа | рад у малој групи 1 час |
|---|--|
| Дефиниција кинезитерапије. Историја кинезитерапије. Подела кинезитерапије. Значај кинезитерапије у клиничкој пракси. Циљеви кинезитерапије. Принципи кинезитерапије. Индикације и контраиндикације за кинезитерапију. | Радно место физиотерапеута. Опрема и реквизити за кинезитерапију. |

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 2 (ДРУГА НЕДЕЉА):

Предавања: Функционална евалуација. Израда кинезитерапијског плана. Дозирање у кинезитерапији.
Рад у малој групи: Физиотерапеутски преглед. Планирање и извођење кинезитерапијског програма.

ИЗРАДА КИНЕЗИТЕРАПИЈСКОГ ПЛАНА.

| предавања 3 часа | рад у малој групи 1 час |
|---|--|
| Функционална евалуација – ICDH класификација. Функционални статус пацијента. Израда кинезитерапијског плана. Дозирање у кинезитерапији. Почетни положаји. Врсте вежби. Параметри оптерећења. Замор. | Физиотерапеутска дијагностика. Врсте вежби. Почетни положаји за вежбање. Елементи дозирања кинезитерапије. Контрола дозирања праћењем знакова оптерећења. |

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 3 (ТРЕЋА НЕДЕЉА):

Предавања: Хидрокинезитерапија. Технике тренинга у суспензионим системима.
Рад у малој групи: Средства и методе у хидрокинезитерапији. Дозирање тренинга у суспензионим системима.

ХИДРОКИНЕЗИТЕРАПИЈА. ТРЕНИНГ У СУСПЕНЗИОНИМ СИСТЕМИМА.

| предавања 3 часа | рад у малој групи 1 час |
|--|--|
| Физичка својства воде. Средства и методе у хидрокинезитерапији. Вежбе истезања у води. Вежбе снаге у води. Вежбе издржљивости у води. Технике тренинга у суспензионим системима. | Хидрокинезитерапија у тереписком базену. Индивидуална хидрокинезитерапија. Локална хидрокинезитерапија. Тренинг уз помоћ суспензије. Тренинг стабилизирајуће мускулатуре уз помоћ суспензионог система. |

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 4 (ЧЕТВРТА НЕДЕЉА):

Предавања: Трансфер пацијента. Увежбавање стајања и ходања.
Рад у малој групи: Увежбавање трансфера пацијента из различитих позиција.

ТРАНСФЕР ПАЦИЈЕНТА.

| предавања 3 часа | рад у малој групи 1 час |
|--|---|
| Трансфер пацијента: технике промене положаја у различитим условима. Увежбавање стајања и ходања. Помагала са трансфер пацијента. | Технике трансфера у кревету, из кревета на столицу, са столице на кревет, са столице на под... Увежбавање стајања. Увежбавање хода уз помоћ помагала. |

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 5 (ПЕТА НЕДЕЉА):

Предавања: Средства и методе за повећање мишићне силе.

Рад у малој групи: Примена вежби за повећање мишићне силе.

СРЕДСТВА И МЕТОДЕ ЗА ПОВЕЋАЊЕ МИШИЋНЕ СИЛЕ.

| предавања 3 часа | рад у малој групи 1 час |
|---|--|
| Физиолошке основе тренинга мишићне силе. Статичка (изометријска) метода за повећање мишићне силе. Динамичке (изотоничке) методе за повећање мишићне силе. Изокинетичке справе за повећање мишићне силе. | Вежбе за повећање мишићне силе. Опрема и реквизити у тренингу мишићне силе. Дозирање вежби за повећање мишићне силе. |

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 6 (ШЕСТА НЕДЕЉА):

Предавања: Средства и методе за повећање покретљивости.

Рад у малој групи: Примена вежби за повећање покретљивости.

СРЕДСТВА И МЕТОДЕ ЗА ПОВЕЋАЊЕ ПОКРЕТЉИВОСТИ.

| предавања 3 часа | рад у малој групи 1 час |
|--|---|
| Неурофизиологија истезања. Активно, пасивно и потпомогнуто истезање. Статичко и динамичко истезање. Методе истезања по ауторима. Проприоцептивна неуромускуларна фацилитација. | Вежбе за повећање мишићне покретљивости. Технике извођења вежби истезања. |

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 7 (СЕДМА НЕДЕЉА):

Предавања: Средства и методе за повећање издржљивости.

Рад у малој групи: Примена вежби за повећање издржљивости.

СРЕДСТВА И МЕТОДЕ ЗА ПОВЕЋАЊЕ ИЗДРЖЉИВОСТИ.

| предавања 3 часа | рад у малој групи 1 час |
|--|---|
| Физиолошке основе издржљивости. Аеробна и анаеробна издржљивост. Методе за развој аеробне и анаеробне издржљивости. Мишићна издржљивост. | Опрема и реквизити у тренингу издржљивости. Дозирање тренинга издржљивости. |

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 8 (ОСМА НЕДЕЉА):

Предавања: Средства и методе за побољшање равнотеже.

Рад у малој групи: Примена вежби за побољшање равнотеже.

СРЕДСТВА И МЕТОДЕ ЗА ПОБОЉШАЊЕ РАВНОТЕЖЕ.

| предавања 3 часа | рад у малој групи 1 час |
|---|--|
| Статичка и динамичка равнотежа. Услови равнотеже. Контрола равнотеже. Физиолошке основе одржавања равнотеже. Тестови равнотеже. Вежбе за побољшање равнотеже. | Вежбе за побољшање равнотеже. Опрема и реквизити у тренингу равнотеже. |

ДРУГИ МОДУЛ: КЛИНИЧКА КИНЕЗИТЕРАПИЈА

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 9 (ДЕВЕТА НЕДЕЉА):

Предавања: Кинезитерапија кифоза, лордоза, сколиоза и деформитета грудног коша.

Рад у малој групи: Вежбе за превенцију и терапију кифоза, лордоза, сколиоза и деформитета грудног коша.

КИНЕЗИТЕРАПИЈА КИФОЗА, ЛОРДОЗА, СКОЛИОЗА И ДЕФОРМИТЕТА ГРУДНОГ КОША.

| предавања 3 часа | рад у малој групи 1 час |
|---|--|
| Постурални став. Карактеристике кифозе. Кинезитерапија кифозе. Карактеристике лордозе. Кинезитерапија лордозе. Карактеристике сколиозе. Кинезитерапија сколиозе. Кинезитерапија деформитета грудног коша | Кинезитерапија кифозе. Кинезитерапија лордозе. Кинезитерапија сколиозе. Кинезитерапија деформитета грудног коша |

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 10 (ДЕСЕТА НЕДЕЉА):

Предавања: Кинезитерапија деформитета доњих екстремитета.

Рад у малој групи: Вежбе у терапији деформитета доњих екстремитета.

КИНЕЗИТЕРАПИЈА ДЕФОРМИТЕТА ДОЊИХ ЕКСТРЕМИТЕТА.

| предавања 3 часа | рад у малој групи 1 час |
|--|---|
| Карактеристике деформитета у зглобу кука. Кинезитерапија деформитета у зглобу кука. Карактеристике деформитета у зглобу колена. Кинезитерапија деформитета у зглобу колена. Карактеристике деформитета стопала. Кинезитерапија деформитета стопала. | Кинезитерапија деформитета у зглобу кука. Кинезитерапија деформитета у зглобу колена. Кинезитерапија деформитета стопала. |

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 11 (ЈЕДАНАЕСТА НЕДЕЉА):

Предавања: Кинезитерапија лумбалног синдрома.

Рад у малој групи: Вежбе у терапији лумбалног бола.

КИНЕЗИТЕРАПИЈА ЛУМБАЛНОГ СИНДРОМА.

| предавања 3 часа | рад у малој групи 1 час |
|---|--------------------------------|
| Лумбални синдром. Кинезитерапија лумбалног бола по ауторима. | Кинезитерапија лумбалног бола. |

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 12 (ДВАНАЕСТА НЕДЕЉА):

Предавања: Кинезитерапија церебрално оштећене деце.

Рад у малој групи: Бобатова техника код церебрално оштећене деце.

КИНЕЗИТЕРАПИЈА ЦЕРЕБРАЛНО ОШТЕЋЕНЕ ДЕЦЕ – БОБАТОВА ТЕХНИКА.

| предавања 3 часа | рад у малој групи 1 час |
|--|---|
| Бобатова техника код церебрално оштећене деце. Рефлексно инхибиторни положаји. Увежбавање исправљања и усправљања. Увежбавање заштитне реакције. Увежбавање равнотеже. | Демонстрација Бобатових техника код код церебрално оштећене деце. |

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 13 (ТРИНАЕСТА НЕДЕЉА):

Предавања: Војтина развојна кинезиологија.

Рад у малој групи: Процена рефлекса и постуралних реакција.

ВОЈТИНА РАЗВОЈНА КИНЕЗИОЛОГИЈА.

| предавања 3 часа | рад у малој групи 1 час |
|---|--|
| Процена постуралних реакција развојне кинезиологије. Процена рефлекса. Стимулација окретања и пузања. | Демонстрација Војтиних техника развојне кинезиологије. |

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 14 (ЧЕТРНАЕСТА НЕДЕЉА):

Предавања: Ноцицептивна-сензомоторичка блокада.

Рад у малој групи: Ноцицептивна-сензомоторичка блокада - Вrugger-ово учење.

НОЦИЦЕПТИВНА-СЕНЗОМОТОРИЧКА БЛОКАДА.

| предавања 3 часа | рад у малој групи 1 час |
|--|--------------------------|
| Основе Вrugger-овог учења. Организација и управљање. Ефекат блокаде. Функционална анализа. Терапијске вежбе. | Избор терапијских вежби. |

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 15 (ПЕТНАЕСТА НЕДЕЉА):

Предавања: Репетиторијум стечених знања.

Рад у малој групи: Репетиторијум стечених знања.

РЕПЕТИТОРИЈУМ СТЕЧЕНИХ ЗНАЊА.

| предавања 3 часа | рад у малој групи 1 час |
|-------------------------------|-------------------------------|
| Репетиторијум стечених знања. | Репетиторијум стечених знања. |

РАСПОРЕД ПРЕДАВАЊА

МАЛА САЛА (С4)

УТОРАК

14:30 - 16:45

РАСПОРЕД ВЕЖБИ

РХ Центар

УТОРАК

17:00 - 20:00

РАСПОРЕД НАСТАВЕ ЗА ПРЕДМЕТ ОПШТА КИНЕЗИТЕРАПИЈА

| Модул | Недеља | Датум | Време | Место | Тип | Назив методске јединице | Наставник |
|-------|--------|--------|-------------|-----------|-----|--|-----------------------------------|
| 1 | 1 | 07.02. | 14:30-16:45 | С2 | П | Увод у кинезитерапију. Принципи кинезитерапије. Индикације и контраиндикације за кинезитерапију. | Проф. др Миодраг Вељковић |
| 1 | 1 | 07.02. | 17:00-20:00 | РХ центар | В | Сала за кинезитерапију. Опрема за кинезитерапију. | Јелена Танасијевић |
| 1 | 2 | 21.02. | 14:30-16:45 | С2 | П | Функционална евалуација. Израда кинезитерапијског плана. Дозирање у кинезитерапији. | Доц. др Тања Луковић |
| 1 | 2 | 21.02. | 17:00-20:00 | РХ центар | В | Физиотерапеутски преглед. Планирање и извођење кинезитерапијског програма. | Јелена Танасијевић |
| 1 | 3 | 28.02. | 14:30-16:45 | С2 | П | Хидрокинезитерапија. Технике тренинга у суспензионим системима. | Доц. др Александра Јуришић Шкевин |
| 1 | 3 | 28.02. | 17:00-20:00 | РХ центар | В | Средства и методе у хидрокинезитерапији. Дозирање тренинга у суспензионим системима. | Јелена Танасијевић |
| 1 | 4 | 07.03. | 14:30-16:45 | С2 | П | Трансфер пацијента. Увежбавање стајања и ходања. | Доц. др Катарина Парезановић Илић |
| 1 | 4 | 07.03. | 17:00-20:00 | РХ центар | В | Увежбавање трансфера пацијента из различитих позиција. | Јелена Танасијевић |
| 1 | 5 | 14.03. | 14:30-16:45 | С2 | П | Средства и методе за повећање мишићне силе. | Проф. др Миодраг Вељковић |
| 1 | 5 | 14.03. | 17:00-20:00 | РХ центар | В | Примена вежби за повећање мишићне силе. | Јелена Танасијевић |
| 1 | 6 | 21.03. | 14:30-16:45 | С2 | П | Средства и методе за повећање покретљивости. | Доц. др Тања Луковић |
| 1 | 6 | 21.03. | 17:00-20:00 | РХ центар | В | Примена вежби за повећање покретљивости | Јелена Танасијевић |

РАСПОРЕД НАСТАВЕ ЗА ПРЕДМЕТ ОПШТА КИНЕЗИТЕРАПИЈА

| Модул | Недеља | Датум | Време | Место | Тип | Назив методске јединице | Наставник |
|-------|--------|--------|-------------|-----------|-----|--|-----------------------------------|
| 1 | 7 | 28.03. | 14:30-16:45 | С2 | П | Средства и методе за повећање издржљивости. | Доц. др Александра Јуришић Шкевин |
| 1 | 7 | 28.03. | 17:00-20:00 | РХ центар | В | Примена вежби за повећање издржљивости. | Јелена Танасијевић |
| 1 | 8 | 04.04. | 14:30-16:45 | С2 | П | Средства и методе за побољшање равнотеже. | Доц. др Катарина Парезановић Илић |
| 1 | 8 | 04.04. | 17:00-20:00 | РХ центар | В | Примена вежби за побољшање равнотеже. | Јелена Танасијевић |
| 2 | 9 | 11.04. | 14:30-16:45 | С2 | П | Кинезитерапија кифоза, лордоза, сколиоза и деформитета грудног коша. | Проф. др Миодраг Вељковић |
| 2 | 9 | 11.04. | 17:00-20:00 | РХ центар | В | Вежбе за превенцију и терапију кифоза, лордоза, сколиоза и деформитета грудног коша. | Јелена Танасијевић |
| | | 13.04. | 15:15-16:15 | С3 | МТ | МОДУЛСКИ ТЕСТ 1 | |
| 1 | 10 | 25.04. | 14:30-16:45 | С2 | П | Вежбе у терапији деформитета доњих екстремитета. | Доц. др Тања Луковић |
| 2 | 10 | 25.04. | 17:00-20:00 | РХ центар | В | Кинезитерапија деформитета доњих екстремитета. | Јелена Танасијевић |
| 2 | 11 | 09.05. | 14:30-16:45 | С2 | П | Кинезитерапија лумбалног синдрома. | Доц. др Александра Јуришић Шкевин |
| 2 | 11 | 09.05. | 17:00-20:00 | РХ центар | В | Вежбе за терапију лумбалног бола. | Јелена Танасијевић |
| 2 | 12 | 16.05. | 14:30-16:45 | С2 | П | Кинезитерапија церебрално оштећене деце. | Доц. др Катарина Парезановић Илић |
| 2 | 12 | 16.05. | 17:00-20:00 | РХ центар | В | Бобатова техника код церебрално оштећене деце. | Јелена Танасијевић |

РАСПОРЕД НАСТАВЕ ЗА ПРЕДМЕТ ОПШТА КИНЕЗИТЕРАПИЈА

| Модул | Недеља | Датум | Време | Место | Тип | Назив методске јединице | Наставник |
|-------|--------|--------|-------------|--------------|-----|--|-----------------------------------|
| 2 | 13 | 23.05. | 14:30-16:45 | С2 | П | Војтина развојна кинезиологија. | Проф. др Миодраг Велковић |
| 2 | 13 | 23.05. | 17:00-20:00 | РХ центар | В | Процена рефлекса и постуралних реакција. | Јелена Танасијевић |
| 2 | 14 | 30.05. | 14:30-16:45 | С2 | П | Ноцицептивна-сензомоторичка блокада. | Доц. др Тања Луковић |
| 2 | 14 | 30.05. | 17:00-20:00 | РХ центар | В | Ноцицептивна-сензомоторичка блокада - Вrugger-ово учење. | Јелена Танасијевић |
| 2 | 15 | 06.06. | 14:30-16:45 | С2 | П | Репетиторијум стечених знања. | Доц. др Александра Јуришић Шкевин |
| 2 | 15 | 06.06. | 17:00-20:00 | РХ центар | В | Репетиторијум стечених знања. | Јелена Танасијевић |
| | | 13.06. | 10:00-11:00 | С3 | МТ | МОДУЛСКИ ТЕСТ 2 | |
| | | 20.06. | 08:30-10:00 | С4 | И | ИСПИТ (јунски рок) | |