

Табела 5.2. Спецификација предмета
Спецификацију треба дати за сваки предмет из студијског програма.

Студијски програм: Интегрисане академске студије Медицина
Назив предмета: Физиологија физичког вежбања
Наставник/наставници: Проф.др Сања Мaziћ
Статус предмета: изборни
Број ЕСПБ: 2
Услов: уписана друга година студија
Циљ предмета Циљ предмета је омогућити студентима интегрисаних академских студија боље разумевање и усвајање знања о утицају физичке активности на хомеостатске контролне системе организма. Такође, стицање практичних знања везаних за примену тестова којима се утврђују функционалне и моторичке способности.
Исход предмета Очекује се да студенти интегрисаних академских студија буду оспособљени за анализу и интерпретацију утицаја физичке активности на хомеостатске контролне системе организма. Такође да буду оспособљени за практичну примену стечених знања, односно примену тестова за процену функционалних и моторичких способности.
Садржај предмета <i>Теоријска настава</i> Физиолошке адаптације на дуготрајну интензивну физичку активност. Физичка активност и вежбање - како саставити тренажни програм. Ограничавајући фактори за постизање максималне потрошње кисеоника – како бити шампион у спортовима издржљивости. Оксидативни стрес у спорту - утицај на здравље и спортски резултат. Утицај фактора спољашње средине на физичку активност - како остварити врхунски резултат у измењеним условима спољашње средине. Телесна композиција и антропоморфолошке карактеристике спортиста - оптимални проценат телесних мишића и масти. Специфичности исхране спортиста - значај за успех у спорту. <i>Практична настава:</i> Тестирање функционалних способности кардиоваскуларног и респирационог система. Тестови за процену снаге. Тестови за процену брзине. Тестови за процену флексибилности.
Литература 1. Физиологија за студенте медицине – одабрана поглавља први део. Аутори: Ђурић Д, Којић З, Лончар-Стевановић Х, Маширевић-Драшковић Г, Рашић-Марковић А, Станојловић О. Уредник: Ђурић Д; помоћник уредника: Станојловић О. Издавач: ЦИБИД, Медицински факултет Универзитета у Београду, Београд, 2022. 2. Физиологија за студенте медицине – одабрана поглавља други део. Аутори: Ђурић Д, Којић З, Лончар-Стевановић Х, Мaziћ С, Маширевић-Драшковић Г, Нешић Д, Петровић М, Рашић-Марковић А, Станојловић О, Старчевић В, Стевановић Д, Сузић С, Шћепаковић Љ. Сарадници: Бркић П, Ђерић М, Хрнчић Д. Уредници: Којић З, Станојловић О. Издавач: ЦИБИД, Медицински факултет Универзитета у Београду, Београд, 2022. 3. Медицинска физиологија, 11. издање. Аутори: Guyton AC, Hall JE. Превод: група преводаца. Редактори превода: Старчевић В, Маширевић-Драшковић Г, Ђурић Д. Издавач: Савремена администрација, Београд, 2008. 4. Kenney, LW., Wilmore, JH., Costill, DL. Physiology of sport and exercise, 7th edition. Champaign, IL: Human Kinetics, 2020. 5. Denise Smith, Sharon Plowman, Michael Ormsbee. Exercise Physiology for Health, Fitness, and Performance, 6th Edition. Wolters Kluwer, 2022. 6. ACSM's Clinical Exercise Physiology, second edition. ACSM, 2024. 7. On line resursi

Број часова активне наставе 30		Теоријска настава: 15		Практична настава: 15	
Методe извођења наставе					
Интерактивна предавања, дискусије, практичан рад					
Оцена знања (максимални број поена 100)					
Предиспитне обавезе		поена		Завршни испит	
активност у току предавања		10		писмени испит	
практична настава		20		усмени испт	
колоквијум-и					
семинар-и					
Начин провере знања могу бити различити наведено у табели су само неке опције: (писмени испити, усмени испт, презентација пројекта, семинари итд.....					
*максимална дужна 2 странице А4 формата					