Табела 5.1 Спецификација предмета на студијском програму докторских студија

Назив предмета: Физичка активност и старење		
Наставник или наставници: Јелена Нешовић Остојић, Драган Хрнчић, Јасна Трбојевић Станковић		
Статус предмета: изборни		
Број ЕСПБ: 5		
Услов: уписан трећи семестар докторских студија		
Циљ предмета Циљ предмета је да омогући студентима боље разумевање актуелних фундаменталних и примењених истраживања у области физичке активности у геријатријској популацији.		
Исход предмета Очекује се да студенти буду оспособљени за дизајнирање и извођење различитих типова базичних и клиничких истраживања применом савремених техника процене физичке активности, ефеката и укупног значаја физичке активности у геријатрисјкој популацији. Такође, очекује се да студенти буду оспоспбљени за анализу и интерпретацију резултата истраживања у складу са актуелним сазнањима базичних и примењених истраживања у овој области.		
Садржај предмета *Теоријска и практична настава* Упознавање са физиолошким основама старења. Промене на мишићно-скелетном систему, кардио-респираторном и неуроендокрином систему. Психосоцијалне промене у геријатријској популацији. Функционалност старијих и фактори који су од значајног утицаја у биопсихосоцијалном моделу здравља и болести. Физичка активност код старијих и механизми адаптације. Методе процене функционалности и физичке активности у геријатријској популацији. Оптимализација индивидуализација и безбедност физичке активности код старије популације. Физичка активност и физичко здравље. Физичка активност и квалитет живота у старијих. Физичка активност у акутним и хроничним болестима у геријатријској популацији.		
Препоручена литература 1. Sullivan GM, Pomidor AK. Exercise for Aging Adults A Guide for Practitioners. Springer, 2015. 2. Wojtek Chodzko-Zajko. ACSM's Exercise for Older Adults. Lippincott Williams & Wilkins, 2014. 3. Volkwein-Caplan K, McConatha JT. Ageing, Physical Activity and Health International Perspectives. Routledge, 2018. 4. Rikli R, Jones J. Senior Fitness Test Manual, 2nd Edition. Human Kinetics, 2012. 5. Jonas S. and Phillips EM. ACSM's Exercise is Medicine (TM): A Clinician's Guide to Exercise Prescription. Lippincott Williams & Wilkins, 2009. 6. Kisner C and Colby LA. Therapeutic Exercise: Foundations and Techniques. F.A. Davis Company, 2012. 7. On line resursi		
Број часова активне наставе	Теоријска настава:2	Практична настава:2
Методе извођења наставе предавања, контакт часови, семинари, вежбе		
Оцена знања (максимални број поена 100) Завршна оцена се формира на основу активног учешћа у настави (10%), писања и одбране семинарског рада (20%), решавање истраживачког задатка (20%) и завршног теста (50%)		
Начин провере знања могу бити различити : (писмени испити, усмени испт, презентација пројекта, семинари итд.....		
*максимална дужна 1 страница А4 формата		