

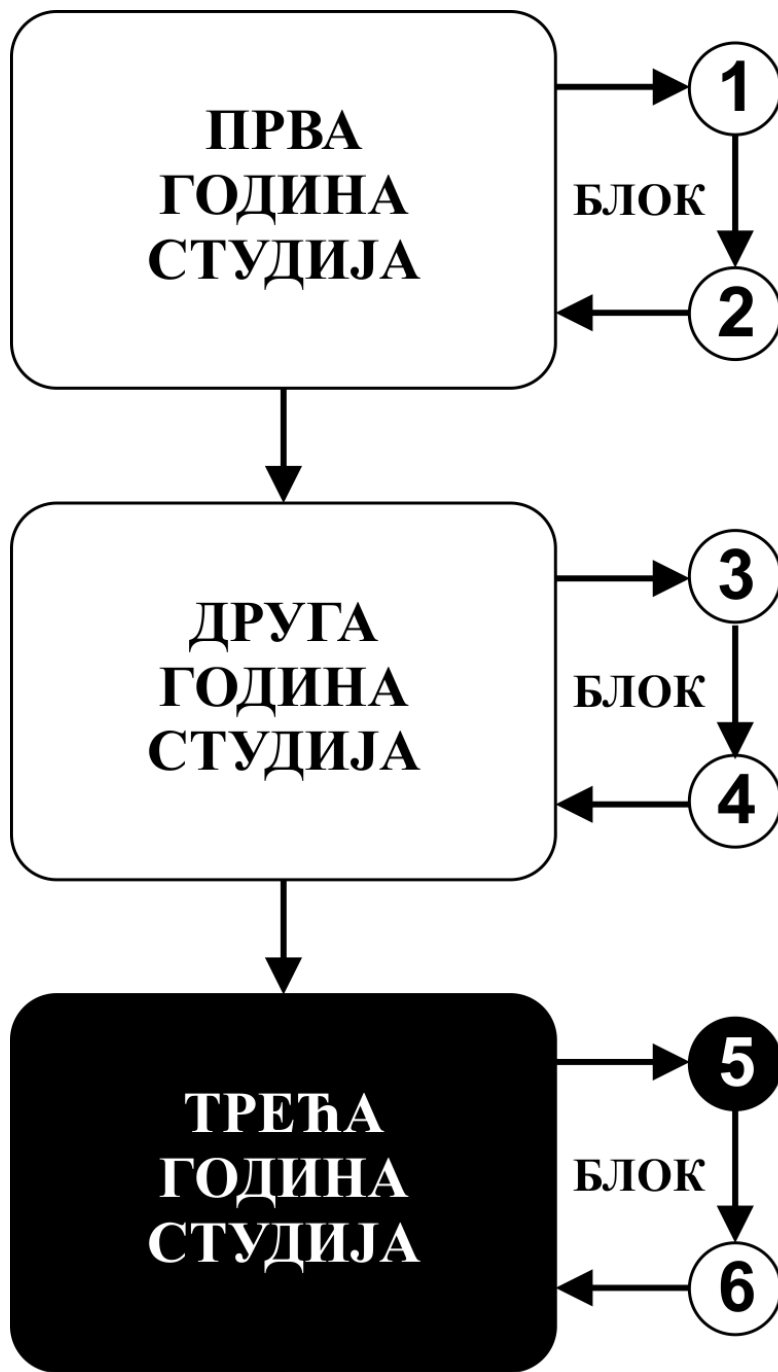


ОСНОВНЕ СТРУКОВНЕ СТУДИЈЕ
струковни физиотерапеут

ТРЕЋА ГОДИНА СТУДИЈА

школска 2015/2016.

РЕХАБИЛИТАЦИЈА У СПОРТУ



Предмет:

РЕХАБИЛИТАЦИЈА У СПОРТУ

Предмет се вреднује са 6 ЕСПБ.

Недељно има 3 часа активне наставе (1 час предавања и 2 часа вежби).

.

НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ:

РБ	Име и презиме	Email адреса	Звање
1.	Александра Јуришић-Шкевин	jsaleksandra@gmail.com	Доцент

СТРУКТУРА ПРЕДМЕТА:

	Назив предмета	Недеља	Предавања недељно	Вежбе недељно	Наставник-руководилац предмета
	Рехабилитација у спорту	15	1	2	Доц. др Александра Јуришић-Шкевин
					$\Sigma 15+30=45$

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 30 поена: 10 поена за активност на предавањима и 20 поена за активност на вежбама.

ПРАКТИЧНИ ИСПИТ: На овај начин студент може освојити до 30 поена.

ЗАВРШНИ УСМЕНИ ИСПИТ: На овај начин студент може освојити до 40 поена.

Активност у току наставе	Колоквијум	Завршни усмени испит
30	30	40
$\Sigma 100$		

Завршна оцена се формира на следећи начин:

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

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

ПРОГРАМ

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 1 (ПРВА НЕДЕЉА):

ИСТОРИЈАТ, ДЕФИНИЦИЈА, ПОЈАМ, ЗНАЧАЈ И СУШТИНА РЕХАБИЛИТАЦИЈЕ.

предавања 1 час

Историјат, дефиниција, појам, значај и суштина рехабилитације.
Идеја и филозофија рехабилитације
Подела рехабилитације

Циљеви
Научити сновне чињенице из историјата рехабилитације.
Научити основне основне појмове из рехабилитације хендикепа и инвалидитета, као и схватити значај и суштину рехабилитације.
Усвојити идеју и филозофију рехабилитације
Научити и усвојити поделу рехабилитације.

рад у малој групи 2 часа

Практични рад терапеута на терену
Примена превентивних мера у спорту.

Циљеви
Овладати вештинама неопходним за практични рад терапеута на терену.
Овладати основним начелима примене превентивних мера у спорту.

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 2 (ДРУГА НЕДЕЉА):

ЦИЉЕВИ И ЗАДАЦИ РЕХАБИЛИТАЦИЈЕ У СПОРТУ

предавања 1 час

Циљеви и задаци рехабилитације у спорту

Циљеви
Научити и прихватити најважније циљеве и задатке рехабилитације у спорту
Научити и прихватити најважније принципе рехабилитације у спорту.
Научити и прихватити најважније методе рехабилитације у спорту.

рад у малој групи 2 часа

Примена основних принципа у рехабилитацији
Постављање рехабилитационих задатака код спортиста

Циљеви
Потпуно усвојити и овладати применом основних принципа у рехабилитације у спорту
Овладати најважнијим методама у рехабилитације у спорту
На основу клиничке евалуације функција локомоторног апарата, клиничког прегледа и постављених циљева и задатака овладати основним принципима прављења рехабилитационог програма

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 3 (ТРЕЋА НЕДЕЉА):

ИЗРАДА ПЛАНА МЕДИЦИНСКЕ РЕХАБИЛИТАЦИЈЕ

предавања 1 час

Израда плана медицинске рехабилитације

Циљеви
Научити израду плана медицинске рехабилитације на основу физиотерапеутског прегледа болесника
Усвојити правилан став према болесном човеку
Овладати вештином избора физикалне терапије и њеног дозирања код пацијента са спортском повредом.
Разумети улогу струковног физиотерапеута у дијагностици и лечењу ових стања.

рад у малој групи 2 часа

Израда плана медицинске рехабилитације

Циљеви
Овладати вештином израде плана медицинске рехабилитације на основу физиотерапеутског прегледа болесника
Усвојити правилан став према болесном човеку
Овладати вештином избора физикалне терапије и њеног апликовања и правилног дозирања код пацијента са спортском повредом.
Схватити и прихватити улогу струковног физиотерапеута у дијагностици и лечењу ових стања.

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 4 (ЧЕТВРТА НЕДЕЉА):

ПРИНЦИПИ И МЕТОДЕ РЕХАБИЛИТАЦИЈЕ У СПРОТУ

предавања 1 час

Принципи у рехабилитацији у спроту
Методe медицинске рехабилитације у спорту

Циљеви

Научити и основне принципе у медицинској рехабилитацији у спорту
Научити најважније методе медицинске рехабилитације у спорту
Научити поделу физикалне терапије на основу физикалних агенаса који се користе у терапијске и дијагностичке сврхе.

рад у малој групи 2 часа

Практични рад у оквиру метода медицинске рехабилитације у спортској медицини.

Циљеви

Овладати применом метода медицинске рехабилитације у спортској медицини.
Овладати вештином препознавања степена оштећења ткива као и патогенетске фазе у којој је повређено ткиво.

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 5 (ПЕТА НЕДЕЉА):

ЕВАЛУАЦИЈА ФУНКЦИЈА ЛОКОМОТОРНОГ АПАРАТА

предавања 1 час

Евалуација функција локомоторног апарата

Циљеви

Научити основе клиничке евалуације функција локомоторног апарата, клиничког прегледа и постављених циљева и задатака медицинске рехабилитације.
Научити мерење покретљивости зглобова
Научити мерење обима екстремитета
Научити мерење дужине екстремитета
Разумети патогенезу поремећаја функција локомоторног апарата.

рад у малој групи 2 часа

Мерење покретљивости зглобова

Мерење обима екстремитета

Мерење дужине екстремитета

Циљеви

Овладати вештином мерења покретљивости зглобова
Овладати вештином мерења обима екстремитета
Овладати вештином мерења дужине екстремитета
Овладати вештином мерења мишићне снаге мануелним мишићним тестом

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 6 (ШЕСТА НЕДЕЉА):

ИСПИТИВАЊЕ ФУНКЦИЈЕ МИШИЋА МАНУЕЛНИМ МИШИЋНИМ ТЕСТОМ (ММТ)

предавања 1 час

Испитивање функције мишића мануелним мишићним тестом (ММТ)

Циљеви

Научити испитивање функције мишића мануелним мишићним тестом (ММТ)
Научити тестирање способности извођења активности дневног живота (АДЖ)

рад у малој групи 2 часа

Испитивање функције мишића мануелним мишићним тестом (ММТ)

Тестирање способности извођења активности дневног живота (АДЖ)

Циљеви

Овладати вештином испитивања функције мишића мануелним мишићним тестом (ММТ)
Овладати вештином тестирања способности извођења активности дневног живота (АДЖ)

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 7 (СЕДМА НЕДЕЉА):

АНАЛИЗА ПОСТУРЕ ТЕЛА (ПРОЦЕНА ДРЖАЊА). АНАЛИЗА (ПРОЦЕНА) ХОДА

предавања 1 час

Анализа постуре тела (процена држања)
Анализа (процена) хода

Циљеви

Научити методологију анализе постуре тела (процена држања)

рад у малој групи 2 часа

Анализа постуралног става код деце у развоју и код спортиста

Циљеви

Овладати вештином анализе постуралног става код деце у развоју и код спортиста

Научити методологију анализе анализе (процена) хода

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 8 (ОСМА НЕДЕЉА):

НАЧИН ДЕЛОВАЊА ФИЗИКАЛНЕ ТЕРАПИЈЕ

предавања 1 час

Начин деловања физикалне терапије
Основни принципи у прописивању физикалних агенаса
Циљеви
Научити и усвојити начине деловања физикалне терапије
Научити основне принципе у прописивању физикалних агенаса
Усвојити став да се примењују само физикални агенси чија ефикасност и безбедност су доказани у контролисаним клиничким студијама

рад у малој групи 2 часа

Практични рад са методама електротерапије код спортских повреда
Циљеви
Овладати техникама примене електротерапије код спортских повреда
Овладати техникама електростимулације паретичних и постинактивитетно ослабљеним мишићима

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 9 (ДЕВЕТА НЕДЕЉА):

ОБЛАСТИ ФИЗИКАЛНЕ ТЕРАПИЈЕ ПРЕМА ВРСТИ ЕНЕРГИЈЕ

предавања 1 час

Области физикалне терапије према врсти енергије која се користи у терапији
Циљеви
Области физикалне терапије према врсти енергије која се овладава областима физикалне терапије према врсти енергије која се користи у терапији
Научити основне принципе и методе кинезитерапије
Научити основне принципе и врсте електротерапије - електрична енергија у виду галванске, нискофреквентне и високофреквентне струје
Научити основне принципе и методе термотерапије - топлотна енергија у оквиру процедура топле и хладне диферентне зоне
Научити основне принципе и врсте фототерапијских процедура - топлотна и хемијска енергија (ИР и УВ зраци)
Научити методологију примене сонотерапије - звучна енергија (механичка, топлотна)
Научити врсте хидротерапијских процедура - топлотна и механичка енергија
Научити правилно дозирање хелиотерапије - светлосна енергија
Научити ефекти и начине примене магнетотерапије - електромагнетна енергија
Научити основне принципе и методе акупунктуре - механичка енергија
Научити основне принципе и методе мануелне масаже - механичка енергија

рад у малој групи 2 часа

Практична примена физикалних агенаса
Термотерапија
Фототерапија
Сонотерапија
Хидротерапија
Хелиотерапија
Магнетотерапија
Акупунктура
Мануелна масажа
Циљеви
Овладати практичном применом физикалних агенаса
Овладати техникама примене и правилног дозирања термотерапије - топлотна енергија у оквиру процедура топле и хладне диферентне зоне
Овладати техникама примене и правилног дозирања фототерапије - топлотна и хемијска енергија (ИР и УВ зраци)
Овладати техникама примене и правилног дозирања сонотерапије - звучна енергија (механичка, топлотна)
Овладати техникама примене и правилног дозирања хидротерапије - топлотна и механичка енергија
Овладати техникама примене и правилног дозирања хелиотерапије - светлосна енергија
Овладати техникама примене и правилног дозирања магнетотерапије- електромагнетна енергија
Овладати техникама примене и правилног дозирања акупунктуре - механичка енергија
Овладати техникама примене и правилног дозирања мануелне масаже - механичка енергија

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 10 (ДЕСЕТА НЕДЕЉА):

ПОДЕЛА, ЕТИОЛОГИЈА, ПАТОФИЗИОЛОГИЈА, ДИЈАГНОСТИКА, ТРЕТМАН И МЕДИЦИНСКА РЕХАБИЛИТАЦИЈА ПОВРЕДА У СПОРТУ

предавања 1 час

рад у малој групи 2 часа

Подела, етиологија, патофизиологија, дијагностика, третман и медицинска рехабилитација повреда у спорту
Фазе у рехабилитацији.

Циљеви

Научити поделу спортских повреда
Научити начине настанка спортских повреда
Научити патогенезу зарастања спортске повреде
Научити клинички преглед особе са спортском повредом
Научити оптималну дијагностику спортске повреде
Научити оптимални третман спортских повреда.
Научити фазе у рехабилитацији спортских повреда

Дијагностика спортских повреда на спортском терену

Циљеви

Овладати вештином дијагностике спортских повреда на спортском терену
Овладати вештином правовремене и адекватне физикалне терапије спортских повреда.

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 11 (ЈЕДАНЕСТА НЕДЕЉА):

ПОВРЕДЕ МЕКИХ ТКИВА

предавања 1 час

Повреде меких ткива.
Ендогене и егзогене повреде меких ткива.
Медицинска рехабилитација након повреда меких ткива горњег и доњег екстремитета.

Циљеви

Научити поделу повреда, механизме повређивања код спортиста, патогенезу сростања, дијагностику, клинички преглед и медицинску рехабилитацију.
Научити и схватити ендогене и егзогене повреде меких ткива.
Усвојити основне принципе медицинске рехабилитације након повреда меких ткива горњег и доњег екстремитета.
Овладати вештином избора одговарајућег физикалног агенса у сузбијању бола, инфламације или отока.

рад у малој групи 2 часа

Повреде меких ткива-рехабилитациони поступци
Елевација
Имобилизација
Криотерапија

Циљеви

Овладати основним принципима и методама рехабилитације након повреда меких ткива.
Овладати вештином избора одговарајућег физикалног агенса у сузбијању бола, инфламације или отока.
Овладати основним поступцима у третману акутних повреда меких ткива.
Усвојити могућности физикалне терапије у фази имобилизације.

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 12 (ДВАНАЕСТА НЕДЕЉА):

СИНДРОМИ ПРЕНАПРЕЗАЊА

предавања 1 час

Синдроми пренапрезања.
Остеохондорпатије и остеохондритиси код деце
Деформитети локомоторног апарата и медицинска рехабилитација

Циљеви

Научити поделу, механизме оштећења, патогенезу, дијагностику, клинички преглед и медицинску рехабилитацију спортиста са неким од синдрома пренапрезања.
Научити поделу, механизме оштећења, патогенезу, дијагностику, клинички преглед и медицинску рехабилитацију спортиста са остеохондорпатијама и остеохондритисима код деце.
Научити поделу, механизме оштећења, патогенезу, дијагностику, клинички преглед и медицинску рехабилитацију спортиста са деформитетима локомоторног апарата.

рад у малој групи 2 часа

Деформитети локомоторног апарата и медицинска рехабилитација

Циљеви

Овладати препознавањем, дијагностиком, клиничком евалуацијом и медицинском рехабилитацијом спортиста са деформитетима локомоторног апарата.

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 13 (ТРИНАЕСТА НЕДЕЉА):

ФРАКТУРЕ

предавања 1 час

Фрактуре.
Медицинска рехабилитација компликација након прелома
Медицинска рехабилитација након након фрактура костију

рад у малој групи 2 часа

Општи принципи медицинске рехабилитације након фрактура костију.
Медицинска рехабилитација након након фрактура

горњег и доњег екстремитета.

Фрактуре торакса и кичме.

Циљеви

Научити поделу фрактура, механизме повређивања, дијагностику, клинички преглед и третман фрактура код спортиста.

Научити опште принципи медицинске рехабилитације након фрактура костију.

Научити опште принципе физикалне терапије и медицинске рехабилитације након фрактура костију горњег и доњег екстремитета.

Научити опште принципе физикалне терапије и медицинске рехабилитације након фрактуре торакса и кичме.

Научити опште принципе физикалне терапије и медицинске рехабилитације компликација након прелома.

костију горњег и доњег екстремитета.

Фрактуре торакса и кичме.

Медицинска рехабилитација компликација након прелома

Циљеви

Овладати општим принципима медицинске рехабилитације након фрактура костију.

Овладати општим принципима медицинске рехабилитације након фрактура костију горњег и доњег екстремитета.

Овладати општим принципима медицинске рехабилитације фрактуре торакса и кичме.

Овладати општим принципима медицинске рехабилитације компликација након прелома.

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 14 (ЧЕТРНАЕСТА НЕДЕЉА):

**МЕДИЦИНСКА РЕХАБИЛИТАЦИЈА ПОСТРАУМАТСКИХ КОНТРАКТУРА
ЗГЛОБОВА**

предавања 1 час

Медицинска рехабилитација посттрауматских контрактура зглобова.

Циљеви

Научити опште принципе физикалне терапије и медицинске рехабилитације посттрауматских контрактура зглобова.

рад у малој групи 2 часа

Примена парафина

Примена механотерапије•

Циљеви

Овладати техником припреме и примене парафина код спортиста након повреда локомоторног апарата. Овладати техникама примене механотераписјских процедура код повређених спортиста.

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 15 (ПЕТНАЕСТА НЕДЕЉА):

**ТЕХНИКЕ ИСТЕЗАЊА МЕКОТКИВНИХ СТРУКТУРА И ТЕХНИКЕ ЈАЧАЊА
МИШИЋНЕ СНАГЕ**

предавања 1 час

Технике истезања мекоткивних структура и технике јачања мишићне снаге.

Циљеви

Научити технике истезања мекоткивних структура и технике јачања мишићне снаге.

рад у малој групи 2 часа

Јанда техника

ПНФ технике

Холд релакс техника

Циљеви

Овладати вештином коришћења Јанда технике у циљу истезања мекоткивних структура након повреда меких ткива и дуже имобилизације.

Овладати вештином коришћења проприоцептивних фацилитирајућих техника(Холд релакс техника) истезања меких ткива, након повреда меких ткива и фрактура лечених имобилизацијом или остеосинтезом кости.

РАСПОРЕД ПРЕДАВАЊА

**САЛА НА ИНТЕРНОЈ
КЛИНИЦИ**

**СРЕДА
08:00-09:30**

РАСПОРЕД ВЕЖБИ

РХ ЦЕНТАР

**СРЕДА
11:00 - 12:30**

ЛИТЕРАТУРА:

НАЗИВ УЏБЕНИКА	АУТОРИ	ИЗДАВАЧ	БИБЛИОТЕКА
Клиничка кинезитерапија	Милорад Р. Јевтић	Медицински факултет, Крагујевац, 2006.	Има
Биомеханика локомоторног система	Милорад Р. Јевтић	Медицински факултет, Крагујевац, 2004.	Има
Клиничка физикална терапија и рехабилитација трауматолошких и ортопедских болесника	Миодраг Вељковић	Медицински факултет, Крагујевац, 2009.	Има
Сва предавања и материјал за рад у малој групи налазе се на сајту Факултета медицинских наука: www.medf.kg.ac.rs			

РАСПОРЕД НАСТАВЕ ЗА ПРЕДМЕТ РЕХАБИЛИТАЦИЈА У СПОРТУ

недеља	тип	назив методске јединице	наставник
1 - 2	П	Историјат, дефиниција, појам, значај и суштина рехабилитације. Идеја и филозофија рехабилитације Подела рехабилитације Циљеви и задаци медицинске рехабилитације у спорту	Доц. др Александра Јуришић-Шкевин
1- 2	В	Практични рад терапеута на терену Примена превентивних мера у спорту Примена основних принципа у рехабилитацији у спорту Постављање рехабилитационих задатака код спортиста	Инструктор Др. мед, сци. Весна Грбовић
3 - 4	П	Израда плана медицинске рехабилитације у спорту Принципи у рехабилитацији спортиста Методе медицинске рехабилитације у спорту	Доц. др Александра Јуришић-Шкевин
3 - 4	В	Израда плана медицинске рехабилитације Практични рад у оквиру метода мееицинске рехабилитације у спортскојмедицини	Инструктор Др. мед, сци. Весна Грбовић
5 - 6	П	Евалуација функција локомоторног апарата Испитивање функције мишића мануелним мишићним тестом (ММТ) и АДЖ	Доц. др Александра Јуришић-Шкевин
5 - 6	В	Мерење покретљивости зглобова Мерење обима екстремитета Мерење дужине екстремитета Испитивање функције мишића мануелним мишићним тестом (ММТ) Тестирање способности извођења активности дневнога живота (АДЖ)	Инструктор Др мед.сци. Весна Грбовић
7 - 8	П	Анализа постуре тела (процена држања) Анализа (процена) хода Начин деловања физикалне терапије Основни принципи у прописивању физикалних агенаса	Доц. др Александра Јуришић-Шкевин
7 - 8	В	Анализа постуралног става код деце у развоју и код спортиста Практични рад са методама елктротерапије код спортских повреда	Инструктор Др мед.сци. Весна Грбовић
9 - 10	П	Области физикалне терапије према врсти енергије која се користи у терапији Подела, етиологија, патофизиологија, дијагностика, третман и медицинска рехабилитација	Доц. др Александра Јуришић-Шкевин
9 - 10	В	Практична примена физикалних агенаса Подела, етиологија, патофизиологија, дијагностика, третман и медицинска рехабилитација	Инструктор Др мед.сци. Весна Грбовић

РАСПОРЕД НАСТАВЕ ЗА ПРЕДМЕТ РЕХАБИЛИТАЦИЈА У СПОРТУ

недеља	тип	назив методске јединице	наставник
11 - 12	П	Повреде меких ткива. Ендогене и егзогене повреде меких ткива Синдроми пренапрезања. Остеохондорпатије и остеохондритиси код деце	Доц. др Александра Јуришић-Шкевин
11 - 12	В	Повреде меких ткива- рехабилитациони поступци Деформитети локомоторног апарата и медицинска рехабилитација	Инструктор Др мед.сци. Весна Грбовић
13 - 14	П	Фрактуре. Медицинска рехабилитација компликација након прелома. Медицинска рехабилитација посттрауматских контрактура зглобова	Доц. др Александра Јуришић-Шкевин
13 - 14	В	Општи принципи медицинске рехабилитације након фрактура костију Медицинска рехабилитација компликација након прелома Примена парафина. Примена механотерапије	Инструктор Др мед.сци. Весна Грбовић
15	П	Технике истезања мекоткивних структура и технике јачања мишићне снаге	Доц. др Александра Јуришић-Шкевин
15	В	Јанда техника. ПНФ технике. Холд релакс техника	Инструктор Др мед.сци. Весна Грбовић