

IZVEDBENI PLAN NASTAVE KOLEGIJA

Naziv kolegija	FIZIOTERAPIJSKE VJEŠTINE	P	S	V	ECTS
		55		120	11
Studij	Izvanredni preddiplomski stručni studij fizioterapije				
Nositelj kolegija	LUKRECIJA JAKUŠ MARINA HORVAT TIŠLAR				
Nastavnici	LUKRECIJA JAKUŠ MARINA HORVAT TIŠLAR				
Asistenti	Margareta Begić Lea Bušac Maja Deak Kristina Šego Nikolina Dabro Katarina Ivanković Višnja Smolčić				
NASTAVNE JEDINICE					
Predavanja	1. Anatomske, fiziološke, biomehaničke i psihološke čimbenice koje utječu na planiranje i izvedbu terapijske vježbe				2
	2. Utjecaj terapijske vježbe na kardiorespiratorni, mišićnokoštani i neuromišićni sustav				1
	3. Procjena potrebe i sposobnosti pacijenta za provođenje terapijske vježbe				1
	4. Planiranje, dokumentiranje i interpretacija ishoda				2
	5. Elementi primjene motoričkog razvoja i motoričke sigurnosti u terapijskim vježbama				1
	6. Elementi primjene motoričke kontrole i motoričkog učenja u terapijskim vježbama				1
	7. Principi i postupci primjene i evaluacije terapijske vježbe za povećanje aerobnog kapaciteta i kardiorespiratorne izdržljivosti, kondicioniranje ili rekondicioniranje				2
	8. Principi i postupci primjene i evaluacije terapijske vježbe za povećanje mišićne snage, jakosti i izdržljivosti				2
	9. Principi i postupci primjene i evaluacije terapijske vježbe za povećanje mišićne duljine i opsega pokreta				2
	10. Principi i postupci primjene i evaluacije terapijske vježbe otvorenog i zatvorenog kinetičkog lanca				2
	11. Principi i postupci primjene i evaluacije terapijske vježbe ekscentrične kontrakcije				2
	12. Principi i postupci primjene i evaluacije terapijske vježbe za poboljšanje posture				2
	13. Principi i postupci primjene i evaluacije terapijske vježbe za unapređenje balansa i koordinacije				2
	14. Principi i postupci primjene i evaluacije terapijske vježbe za unapređenje hoda i lokomocije				2
	15. Principi i postupci primjene terapijske vježbe u vodi				2

IZVEDBENI PLAN NASTAVE KOLEGIJA

	16. Principi i postupci primjene funkcionalnog i ergonomskeg treninga	1
	17. Principi i postupci primjene tehnika facilitacije, inhibicije, stimulacije	1
	18. Principi i postupci primjene respiratorne terapije	1
	19. Principi i postupci primjene pomagala, ortoza, adaptivnih, zaštitnih, potpornih sredstava i opreme	1
	20. Principi i postupci primjene tehnika manualne terapije	2
Seminari		
Vježbe	1. Provođenje aktivnosti aerobne izdržljivosti	3
	2. Provođenje aktivnosti povećanja mišićne snage, jakosti, izdržljivosti	3
	3. Provođenje aktivnosti povećanja opsega pokreta	3
	4. Provođenje aktivnosti istezanja mišića	3
	5. Terapijske vježbe na lopti	3
	6. Trening hoda, lokomocije i balansa	3
	7. Trening balansa i koordinacije	3
	8. Evaluacija ishoda terapijske vježbe	3
	9. Strategije i tehnike disanja	1
	10. Provođenje aktivnosti vježbi disanja i mišića koji sudjeluju pri disanju - respiratorni trening	1
	11. Mehanizam iskašljavanja, mobilizacija i transport sekreta	1
	12. Tehnike manualne limfne drenaže – gornji ekstremitet	2
	13. Tehnike manualne limfne drenaže – donji ekstremitet	2
	14. Tehnike manualne limfne drenaže – glava i trup	2
	15. Tehnike manualne masaže – gornji ekstremitet	2
	16. Tehnike manualne masaže – donji ekstremitet	2
	17. Tehnike manualne masaže – glava i trup	2
	18. Tehnike mobilizacije zglobova – rameni obruč	3
	19. Tehnike mobilizacije zglobova – lakat i podlaktica	2
	20. Tehnike mobilizacije zglobova – šaka	3
	21. Tehnike mobilizacije zglobova - zdjelični obruč	2
	22. Tehnike mobilizacije zglobova - zglob kuka	3
	23. Tehnike mobilizacije zglobova – koljeno i potkoljenica	2
	24. Tehnike mobilizacije zglobova – stopalo	2
	25. Primjena pomagala, ortoza, adaptivnih, zaštitnih, potpornih sredstava i opreme	1
	26. Primjena tehnika facilitacije, inhibicije i stimulacije - I	1
	27. Primjena tehnika facilitacije, inhibicije i stimulacije - II	1
Obaveze studenta	<p>Student je obavezan prisustvovati nastavi vježbi u praktikumu. Putem Moodle poslužitelja studentima je omogućen pristup prezentacijama na temu predavanja. Student je obavezan prisustvovati nastavi vježbi u praktikumu, minimalno 90% nastavnih sati predviđenim nastavnim planom i programom. Student je obavezan prezentirati usvojena znanja i vještine sukladno ishodima učenja predviđenim nastavnim planom kroz tematske kolokvije:</p> <p>Prvi tematski kolokvij:</p>	

IZVEDBENI PLAN NASTAVE KOLEGIJA

	<ul style="list-style-type: none">• Izrada programa i provedba terapijskih vježbi za povećanje aerobnog kapaciteta i kardiorespiratorne izdržljivosti, kondicioniranje ili rekondicioniranje• Izrada programa i provedba terapijskih vježbi za povećanje mišićne snage, jakosti i izdržljivosti• Izrada programa i provedba terapijskih vježbi za povećanje fleksibilnosti i opsega pokreta• Izrada programa i provedba terapijskih vježbi za poboljšanje posture• Izrada programa i provedba terapijskih vježbi za unapređenje balansa i koordinacije• Izrada programa i provedba terapijskih vježbi za unapređenje hoda i lokomocije <p>Drugi tematski kolokvij:</p> <ul style="list-style-type: none">• Izvođenje tehnike manualne limfne drenaže glave, vrata i trupa• Izvođenje tehnike manualne limfne drenaže gornjeg ekstremiteta• Izvođenje tehnike manualne limfne drenaže donjeg ekstremiteta <p>Treći tematski kolokvij:</p> <ul style="list-style-type: none">• Izvođenje tehnike klasične medicinske masaže glave, vrata i trupa• Izvođenje tehnike klasične medicinske masaže gornjeg ekstremiteta• Izvođenje tehnike klasične medicinske masaže donjeg ekstremiteta <p>Četvrti tematski kolokvij:</p> <ul style="list-style-type: none">• Izvođenje tehnika mobilizacije zglobova gornjeg ekstremiteta• Izvođenje tehnika mobilizacije zglobova donjeg ekstremiteta <p>Peti tematski kolokvij:</p> <ul style="list-style-type: none">• Provedba osnovnog programa vježbi disanja• Izvođenje tehnike disanja u opterećenju• Izvođenje tehnike relaksacije i kontrole disanja• Izrada programa i provedba terapijskih vježbi za povećanje snage i izdržljivosti respiratornih mišića• Provedba tehnike bronhalne higijene: položajna drenaža, perkusije, vibracije, PEP tehnike, visokofrekventne oscilacije grudnog koša, aktivni ciklus tehnika disanja, autogena drenaža, poticajna spirometrija, položajna terapija eksudativnog pleuritisa <p>Za prolaznu ocjenu student je dužan prikazati usvojenost bazičnih praktičnih vještina.</p> <p>Svaki tematski kolokvij ocjenjuje se ocjenama od 2 do 5.</p> <ul style="list-style-type: none">• Ocjenom 2 ocjenjuje se kada student odabire djelomično odgovarajuće postupke u odnosu na problem iz zadatka, djelomično točno planira sljedeće parametre: intenzitet, broj ponavljanja i vrijeme primjene terapijskog postupka.• Ocjenom 3 ocjenjuje se kada student odabire odgovarajuće postupke u odnosu na problem iz zadatka, djelomično točno planira sljedeće
--	---

IZVEDBENI PLAN NASTAVE KOLEGIJA

	<p>parametre: intenzitet, broj ponavljanja i vrijeme primjene terapijskog postupka.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ocjenom 4 ocjenjuje se kada student odabire postupke u potpunosti usmjerene na problem iz zadatka, točno planira intenzitet, broj ponavljanja i vrijeme primjene terapijskog postupka. • Ocjenom 5 ocjenjuje se kada student odabire i obrazlaže postupke u potpunosti usmjerene na problem iz zadatka, točno planira intenzitet, broj ponavljanja i vrijeme primjene terapijskog postupka. <p>Nastavne obveze studenta smatraju se izvršenim ukoliko je redovno pohađao nastavu vježbi u praktikumu i uspješno prezentirao usvojene vještine kroz pet tematskih kolokvija.</p> <p>Po izvršenim nastavnim obavezama studentu se otvara mogućnost prijave ispita u ISVU sustavu.</p>
<p>Literatura za kolegij</p>	<p>1. Grozdek, G. i sur.: Temelji medicinske masaže. Zagreb: Hrvatska udruga fizioterapeuta, 1998.</p> <p>2. Jakuš, L. i sur.: Fizioterapijske vještine – nastavni tekstovi. Zagreb: Zdravstveno veleučilište, 2014.</p> <p>Popis literature koja se preporučuje kao dopunska</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Hall, C. M. Therapeutic exercise: moving toward function, Lippincott Williams and Wilkins, 2010. 2. Kisner, C., Colby, L. A. Therapeutic exercise: foundations and techniques, 2012. 3. Gormley, J., Hussey, J.: Exercise therapy in prevention and treatment of disease, Blackwell science ltd, 2004. 4. Cook, C.E. Orthopedic manual therapy: an evidence based aproche 2nd ed. Pearson. 2011.
<p>Način održavanja ispita</p>	<p>Rad studenta na kolegiju prati se, vrednuje i ocjenjuje tijekom nastave vježbi u praktikumu i na ispitu. Usvojenost praktičnih vještina procjenjuje se kroz tematske kolokvije. Usvojenost sadržaja teorijske nastave procjenjuje se pismenim ispitom.</p> <p>Po izvršenim nastavnim obavezama student može polagati ispit tijekom dva ljetna ispitna roka i dva jesenska ispitna roka.</p> <p>Konačna ocjena kolegija predstavlja zbroj bodova ocjene ostvarene tijekom semestra i na ispitu, kao postotak usvojenog teorijskog znanja (50% ocjene kolegija) te praktičnih vještina i kompetencija (50% ocjene kolegija).</p>
<p>Dodatne informacije o kolegiju</p>	<p>Ispitni rokovi Raspored ispitnih rokova objavljen je na mrežnim stranicama</p> <p>Konzultacije Raspored konzultacija objavljen je na mrežnim stranicama</p> <p>Prezentacije predavanja objavljene su na web stranici</p> <p>Nastava se održava prema rasporedu objavljenim na mrežnim stranicama studija.</p>

IZVEDBENI PLAN NASTAVE KOLEGIJA
