

IZVEDBENI PLAN NASTAVE KOLEGIJA

Naziv kolegija	Fizioterapijske vještine	P	S	V	ECTS
		55	0	120	11
Studij	Preddiplomski stručni studij fizioterapije				
Nositelj kolegija	Lukrecija Jakuš, prof. Marina Horvat, dipl. physioth.				
Nastavnici	Doc.dr.sc. Gordana Grozdek Čovčić Mirjana Telebuh, dipl.physioth.				
Asistenti	Višnja Smolčić, dipl.physioth.; Aleksandra Kraljević, dipl.physioth.; Štefanija Opalin, bacc.physioth.; Danijela Kovačić, bacc.physioth.; Mirna Crnković, dipl.physioth.; Nikolina Dabro, bacc.physioth.; Kristina Šego, mag.physioth.; Kristina Spajić, dipl.physioth.; Darija Dobrić, dipl.physioth.; Margareta Begić, dipl.physioth.; Ana Čeh, dipl.physioth.; Natalija Bortas, dipl.physioth.				
NASTAVNE JEDINICE				SATI	
Predavanja	Principi i postupci primjene terapijske vježbe u okviru fizioterapijskog procesa				4
	Terapijske vježbe za povećanje aerobnog kapaciteta i kardiorespiratorne izdržljivosti				6
	Terapijske vježbe za povećanje mišićne snage, jakosti i izdržljivosti				6
	Terapijske vježbe za povećanje opsega pokreta i mobilnosti zgloba				6
	Terapijske vježbe za unapređenje koordinacije i balansa				6
	Terapijske vježbe za poboljšanje posture				3
	Terapijske vježbe u vodi				3
	Principi i postupci primjene tehnika facilitacije, inhibicije, stimulacije				3
	Aktivnosti otvorenog i zatvorenog kinetičkog lanca				3
	Principi i postupci primjene mobilizacije i manipulacije zglobova				6
	Principi i postupci primjene tehnika mobilizacije i manipulacije zglobova gornjih ekstremiteta				6
	Principi i postupci primjene tehnika mobilizacije i manipulacije zglobova donjih ekstremiteta				3
Seminari	-				-
Vježbe	Provođenje aktivnosti aerobne izdržljivosti				4
	Provođenje aktivnosti povećanja mišićne snage, jakosti, izdržljivosti				8
	Provođenje aktivnosti povećanja opsega pokreta				4
	Provođenje aktivnosti istezanja mišića				4
	Terapijske vježbe na lopti				4
	Trening balansa i koordinacije				5

IZVEDBENI PLAN NASTAVE KOLEGIJA

	Ergonomski trening	4
	Provođenje aktivnosti vježbi disanja i mišića koji sudjeluju pri disanju	4
	Strategije i tehnike disanja	4
	Mehanizam iskašljavanja, mobilizacija i transport sekreta	2
	Drenažni položaji, metode relaksacije, mobilizacija toraksa	3
	Respiratorni trening i inhalacije	2
	Tehnike manualne limfne drenaže – gornji ekstremitet	4
	Tehnike manualne limfne drenaže – donji ekstremitet	4
	Tehnike manualne limfne drenaže – glava i trup	4
	Tehnike manualne masaže – gornji ekstremitet	4
	Tehnike manualne masaže – donji ekstremitet	4
	Tehnike manualne masaže – glava i trup	4
	Tehnike mobilizacije zglobova – rameni obruč	5
	Tehnike mobilizacije zglobova – lakat i podlaktica	5
	Tehnike mobilizacije zglobova – šaka	5
	Tehnike mobilizacije zglobova - zdjelični obruč i zglob kuka	5
	Tehnike mobilizacije zglobova – koljeno i potkoljenica i stopalo	10
	Funkcionalni trening brige o sebi i brige o domaćinstvu	4
	Primjena pomagala, ortoza, adaptivnih, zaštitnih, potpornih sredstava i opreme	4
	Primjena tehnika facilitacije, inhibicije i stimulacije	10
Obaveze studenta	Prisustvovanje nastavi (student može izostati sa do 20% fonda sati nastave)	
	Polaganje kolokvija po tematskim jedinicama vježbi u praktikumu	
Literatura za kolegij	<ul style="list-style-type: none"> • Grozdek, G. i sur.: Temelji medicinske masaže. Zagreb: Hrvatska udruga fizioterapeuta, 1998. • Jakuš, L. i sur.: Fizioterapijske vještine – nastavni tekstovi. Zagreb: Zdravstveno veleučilište, 2014. • Hall, C. M. Therapeutic exercise: moving toward function, Lippincott Williams and Wilkins, 2010. • Kisner, C., Colby, L. A. Therapeutic exercise: foundations and techniques, 2012. • Gormley, J., Hussey, J.: Exercise therapy in prevention and treatment of disease, Blackwell science ltd, 2004. • Cook, C.E. Orthopedic manual therapy: an evidence based aproche 2nd ed. Pearson. 2011. 	
Način održavanja ispita	Kolokviji iz tematskih područja, praktični, pismeni i usmeni ispit	
Dodatne informacije o kolegiju	<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</p>	

IZVEDBENI PLAN NASTAVE KOLEGIJA

	studija.
--	-----------------