

Kineziološki fakultet Sveučilišta u Splitu

Kineziterapija

Syllabus

2011/12.

1) Opće informacije:

- O predmetu:
- | | |
|------------------------------|------------------------------------|
| - naziv predmeta: | Kineziterapija |
| - godina studija: | 2. godina |
| - studij: | Preddiplomski studij kineziologije |
| - semestar: | 3. semestar |
| - broj sati aktivne nastave: | 90 |
| - broj ECTS bodova | 7 |

- O nastavnicima:

Doc. dr. sc. Jelena Paušić, nositelj predmeta
tel: 021/302-440, e-mail: jelenap@kfst.hr
konzultacije: ponedjeljkom od 10:30 do 12:00

Vanjski suradnici:
Dino Šourek, prof. kin., asistent
e-mail: d.sourek@vip.hr
Hrvoje Kujundžić, mr. cin., asistent
e-mail: hrvojekujundzic@gmail.com
Ivana Ćurković, mr. cin., asistent
e-mail: ivanacur@gmail.com

2) Opis predmeta:

- Osnovni sadržaj predmeta:

Uvod u kineziološku kineziterapiju: kratki povijesni pregled, definicija, predmet istraživanja, ciljevi i zadaci. Odnosi kineziologije i kineziterapije. Cilj i zadaća kineziterapije, sredstva kineziterapije i kineziterapijski postupci. Principi kineziterapije. Manualni mišićni test, mjerenje opsega pokreta. Metode u kineziterapiji. Funkcionalni utjecaj vježbi kod posturalnih promjena. Izbor položaja za vježbanje. Vježbe disanja. Suvremene metode u kineziterapiji. Pomodna sredstva u kineziterapiji. Metode mjerenja u kineziterapiji. Metode stimulacije u kineziterapiji. Metode rada u kineziterapiji. Indikacije i kontraindikacije. Preventivna kineziterapija: ortostatski položaj tijela (držanje tijela), metode za procjenu držanja tijela, kineziološki pregled u svrhu kineziterapije. Rast i razvoj djeteta, principi vježbanja u djece razvojne dobi. Posebnosti starije dobi i principi vježbanja. Funkcionalna kineziterapija: okrugla leđa, izdubljena leđa, ravna leđa. najčešći poremećaji lopatice, krivi vrat, Spušteno stopalo. Klinička kineziterapija: dismorfizmi posture: deformacije prsnog koša: ljevka prsa, kokošja prsa. Deformacije kralješnice: skolioza, kifoza, lordoza. Lumbalni bolni sindrom. Deformacije kuka, deformacije koljena i potkoljenice: „X“ noge, „O“ noge, hiperekstendirano koljeno. Deformiteti stopala: prevencija i korekcija.

- Ishodi učenja predmeta:

Nakon teoretskih predavanja, seminara i vježbi student-i/ice će:

- prepoznati funkcionalne nepravilnosti na sustavu za kretanje
- prepoznati mišićno-koštane deformacije
- analizirati tjelesno držanje i posturu
- analizirati status stopala
- odrediti tipove kineziterapijskih vježbi za svaku pojedinu funkcionalnu nepravilnost tjelesnog držanja
- planirati preventivni kineziterapijski tretman
- izvesti manualni mišićni test za veće mišićne skupine
- izmjeriti opseg pokreta (ROM) na većim zglobnim površinama

3) Ustroj nastave:

→ broj sati predavanja:	45
→ broj sati seminara:	15
→ broj sati kinezioloških vježbi:	30
→ ukupan broj sati nastave:	90

Predavanja se izvode u velikom amfiteatru (Teslina 12, Filozofski fakultet), 3 nastavna sata tjedno, prema sljedećem redosljedu:

Tjedan	Nastavna tema:	Nastavu izvodi:
1	Uvod u kineziološku kineziterapiju Ustroj i funkcija motoričkog sustava	Doc. Dr. sc. Jelena Paušić
2	Osnove metodologije istraživanja u kineziološkoj kineziterapiji Manualni mišićni test,	Doc. Dr. sc. Jelena Paušić
3	Osnove metodologije istraživanja u kineziološkoj kineziterapiji ROM - opseg pokreta - goniometrija, kineziološki testovi mišićne snage, dinamometrija	Doc. Dr. sc. Jelena Paušić
4	Ortostatski položaj tijela (držanje tijela): metode za procjenu držanja tijela, kineziološki pregled u svrhu kineziterapije. Procjena tjelesnog držanja, posture: mjerenja	Doc. Dr. sc. Jelena Paušić
5	Uvod u planiranje i programiranje u kineziološkoj kineziterapiji Suvremena pomoćna sredstva kineziterapije	Doc. Dr. sc. Jelena Paušić
6	Preventivna kineziterapija: rast i razvoj djeteta od trudnoće do puberteta nepravilna držanja u djece i metode procjene (subjektivne i objektivne), principi vježbanja u djece - prevencija	Doc. Dr. sc. Jelena Paušić
7	Preventivna kineziterapija: Posebnost drugog stanja - trudnoća i principi tjelesnog vježbanja u trudnoći Posebnost starije dobi - principi vježbanja u starijih osoba	Doc. Dr. sc. Jelena Paušić
8	1. KOLOKVIJ	Doc. Dr. sc. Jelena Paušić
9	Funkcionalna kineziterapija: devijacije tjelesnog stava, okrugla , izdubljena, ravna leđa, devijacije scapula	Doc. Dr. sc. Jelena Paušić
10	Funkcionalna kineziterapija: skolioza, kifoza, lordoza, kifolordoza, krivi vrat	Doc. Dr. sc. Jelena Paušić
11	Funkcionalna kineziterapija: anatomija stopala, deformacije i nepravilnosti stopala, vježbe, Procjena statusa stopala, mayerova metoda i metoda ruskih autora, suvremene metode	Doc. Dr. sc. Jelena Paušić
12	Klinička kineziterapija: x,o noge, displazija kukova, prsni deformiteti	Doc. Dr. sc. Jelena Paušić
13	Klinička kineziterapija: lumbalni bolni sindrom, osteoporoza	Doc. Dr. sc. Jelena Paušić
14	2. KOLOKVIJ	Doc. Dr. sc. Jelena Paušić
15	Analiza posture studenata	Doc. Dr. sc. Jelena Paušić

Syllabus – Kineziterapija

Seminari se izvode u velikoj učionici Kineziološkog fakulteta (FIZ), 1 nastavni sat tjedno po grupi (grupu čini maksimalno 36 studenata), prema sljedećem redoslijedu:

Tjedan	Nastavna tema:	Nastavu izvodi:
1	Osnove kliničke kineziologije i anatomije - koštani sustav - zglobni sustav	Ivana Ćurković, mag. Cin. asistent
2	Osnove kliničke kineziologije i anatomije - mišićni sustav - živčani sustav	Ivana Ćurković, mag. Cin. asistent
3	Klinička kineziologija i anatomija - rameni obruč	Ivana Ćurković, mag. Cin. asistent
4	Klinička kineziologija i anatomija - rameni zglob	Ivana Ćurković, mag. Cin. asistent
5	Klinička kineziologija i anatomija - lakatni zglob	Ivana Ćurković, mag. Cin. asistent
6	Klinička kineziologija i anatomija - vratna kralježnica	Ivana Ćurković, mag. Cin. asistent
7	Klinička kineziologija i anatomija - trup	Ivana Ćurković, mag. Cin. asistent
8	Klinička kineziologija i anatomija - respiratorni sustav	Ivana Ćurković, mag. Cin. asistent
9	Klinička kineziologija i anatomija - zdjelični pojas	Ivana Ćurković, mag. Cin. asistent
10	Klinička kineziologija i anatomija - zglob kuka	Ivana Ćurković, mag. Cin. asistent
11	Klinička kineziologija i anatomija - koljeno	Ivana Ćurković, mag. Cin. asistent
12	Klinička kineziologija i anatomija - gležanj	Ivana Ćurković, mag. Cin. asistent
13	Klinička kineziologija i anatomija - stopalo	Ivana Ćurković, mag. Cin. asistent
14	Klinička kineziologija i anatomija - ponavljanje	Ivana Ćurković, mag. Cin. asistent
15	3. KOLOKVIJ	Ivana Ćurković, mag. Cin. asistent

Syllabus – Kineziterapija

Kineziološke vježbe se izvode s grupom od maksimalno 18 studenata u dvorani Kineziološkog fakulteta prema sljedećem redoslijedu:

Tjedan	Nastavna tema:	Nastavu izvodi:
1	Vježbe mobilnosti (vježbe za povećanje opsega pokreta)	Dino Šourek, dipl. kin., asistent
2	Vježbe mobilnosti (vježbe za povećanje opsega pokreta)	Dino Šourek, dipl. kin., asistent
3	Dijagnostički postupci: ROM - godniometrija	Hrvoje Kujundžić, mag.cin., asistent
4	Dijagnostički postupci: MMT – manualni mišićni testovi	Hrvoje Kujundžić, mag.cin., asistent
5	Dijagnostički postupci: MMT – manualni mišićni testovi	Hrvoje Kujundžić, mag.cin., asistent
6	Dijagnostički postupci: mišićni testovi dužine	Hrvoje Kujundžić, mag.cin., asistent
7	Procjena posture, plantografija	Hrvoje Kujundžić, mag.cin., asistent
8	Kifotično držanje, devijacije lopatica	Hrvoje Kujundžić, mag.cin., asistent
9	bolna vratna kralješnica, skoliotično držanje	Hrvoje Kujundžić, mag.cin., asistent
10	Skoliotično držanje	Hrvoje Kujundžić, mag.cin., asistent
11	Lordotično držanje	Hrvoje Kujundžić, mag.cin., asistent
12	Lumbalni bolni sindrom	Hrvoje Kujundžić, mag.cin., asistent
13	Devijacije donjih udova	Hrvoje Kujundžić, mag.cin., asistent
14	Stopalo i gležnanski zglob	Hrvoje Kujundžić, mag.cin., asistent
15	<i>Praktični kolokvij - ispit</i>	Hrvoje Kujundžić, mag.cin., asistent

4) Način provjere znanja, odnosno polaganja ispita

Završna ocjena na predmetu Kineziterapija određuje se temeljem ostvarenih bodova iz:

- **kolokvija**
(tri kolokvija; dva iz nastavnih tema s predavanja i 1 iz nastavnih tema iz seminara)
nose ukupno 60% konačne ocjene (svaki po 20% od konačne ocjene)
- **praktičnog kolokvija/ispita**
nosi 20% od konačne ocjene
- **usmenog ispita**
nosi 20% od konačne ocjene

Kolokviji

Kolokviji s nastavnim temama iz predavanja održati će se unutar satnice predavanja prema utvrđenom rasporedu i svaki će sadržavati prijeđeno gradivo do dana održavanja kolokvija.

Kolokvij s nastavnim temama iz seminara održati će se unutar satnice seminara prema utvrđenom rasporedu i sadržavati će gradivo iz svih održanih seminara.

U slučaju da student ne položi kolokvij unutar predavanja biti će omogućeno ponovno polaganje kolokvija prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin)

Praktični kolokvij/ ispit

Održati će se u zadnjem tjednu nastave. Svaki student od nastavnika (asistenta) dobit će temu za pripremu kineziterapijskog tretmana. Napisati će pripremu za sat te održati usmeno izlaganje i izvedbu 5 vježbi iz pripremljenog kineziterapijskog tretmana. Pripremu za kineziterapijski tretman treba napisati i u pismenom obliku, a koja će biti ocjenjena i potpisana od strane nastavnika (asistenta). Izgled pripreme biti će dostupan na web stranici predmeta.

U slučaju da student ne položi praktični kolokvij/ispit unutar predavanja biti će omogućeno ponovno polaganje prema rasporedu koji će biti pravovremeno donesen, a unutar ispitnog termina predmeta (veljača – 1 termin, lipanj – 1 termin, srpanj – 1 termin i rujan – 1 termin)

Usmeni dio ispita

Usmeni dio ispita moguće je polagati na redovnim ispitnim rokovima po završetku semestra uz uvjet da su prethodno položeni svi prije navedeni dijelovi (pismeni kolokviji i praktični dio ispita). Na usmenom dijelu ispita student dobiva 3 pitanja (1 pitanje iz kliničke kineziologije i anatomije, 1 pitanje iz dijagnostičkih postupaka, te 1 pitanje iz funkcionalne kineziterapije s LBS-om.)

Temeljem svega navedenog odredit će se konačna ocjena ispita na način:

- ocjena 2 (dovoljan) za ostvarenih 51% do 60%;
- ocjena 3 (dobar) za ostvarenih 61% do 74%;
- ocjena 4 (vrlo dobar) za ostvarenih 75% do 89%;
- ocjena 5 (odličan) za ostvarenih 90% do 100% .

5) Obavezna literatura

- Paušić, J. (2011). Priručnik iz predmeta Kineziterapija Kineziološkog fakulteta u Splitu (on-line) (<https://sites.google.com/site/kifstkineziterapija/Home/kineziterapija>)
- Kendall, F., Kendall McCreary, E., Geise Provance, P., McIntyre Rodgers, M., Romani, W.A. (2005). MUSCLES TESTING AN FUNCTION WITH POSTURE AND PAIN. Lippincott Williams & Wilkins.

6) Dopunska literatura

- Lippert L. S., Duesterhaus Minor M. A. (2007). Clinical Kinesiology and Anatomy. FA Davis, Philadelphia, USA.
- Lippert L. S., Duesterhaus Minor M. A. (2007). Laboratory manual for Clinical Kinesiology and Anatomy. FA Davis, Philadelphia, USA.
- Kosinac Z. (2002). Kineziterapija sustava za kretanje. Sveučilište u Splitu, Split.