### Fakultet zdravstvenih studija

**Sveučilište u Mostaru**

### Sveučilišni studij fizioterapije

**Akademski godina 2023/2024**

### Izvedbeni nastavni plan – satnica za stručna predavanja i radionice – FIZIOTERAPIJA I ZDRAVLJE GLAZBENIKA

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Datum | **Sat** | **Tema** | **Oblik**  **nastave** | **Dvorana** | **Nastavnik** |
| **Petak,**  **8.12.2023.** | 15:00 – 15:45  16:00 – 16:45 | ZDRAVLJE I SVIRANJE - Uvod - Osvrt na tijelo glazbenika iz perspektive fizioterapeuta  Sindromi prenaprezanja i prevencija, postura i sviranje | Predavanje | Kabinet za fizioterapiju,  2. kat | mag physioth. Marija Borojević  bacc. physioth. Nikolina Cvetković |
| 17:00 – 17:45  18:00 – 18:45  19:00 – 19:45 | Praktično – analiza položaja glazbenika dok svira instrument  Prezentirati korektivne vježbe  Rasprava | Radionica | mag physioth. Marija Borojević  bacc. physioth. Nikolina Cvetković |
| **Subota,**  **9.12.2023.** | 9:00 – 9:45  10:00 – 10:45 | DISANJE I SVIRANJE - Uvod - prednosti kvalitetnog disanja i njegov utjecaj na rad tijela glazbenika prilikom sviranja | Predavanje | Kabinet za fizioterapiju,  2. kat | mag physioth. Marija Borojević  bacc. physioth. Nikolina Cvetković |
|  | 11:00 – 11:45  12:00 – 12:45  13:00 – 14:00 | Praktično – prepoznavanjem nepravilnog disanja, aktivacija dijafragme i ciljane vježbe koje mogu pomoći u radu glazbenika  Rasprava | Radionica | Kabinet za fizioterapiju,  2. kat | mag physioth. Marija Borojević  bacc. physioth. Nikolina Cvetković |