### Fakultet zdravstvenih studija

**Sveučilište u Mostaru**

### Sveučilišni studij fizioterapije

**Akademski godina 2023/2024**

### Izvedbeni nastavni plan – satnica za stručna predavanja i radionice - Erasmus+ mobilnosti 11,2023

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Datum | **Sat** | **Tema** | **Oblik**  **nastave** | **Dvorana** | **Skupina** | **Nastavnik** |
| **Utorak,**  **14.11.2023.** | 14,00 – 15:30 | Kineziološka analiza ramenog obruča – anatomija ramenog obruča (kosti zglobovi, mišići); analiza i terminologija pokreta; funkcije mišića; biomehanika ramenog obruča; mehanizmi nastanka ozljeda. | Predavanje | Kabinet za fizioterapiju,  2. kat |  | Dr. sc. Nebojša Nešić, prof. struč. studija |
| 16:00 – 17:30 | Procjena mišićno-koštanog sustava trudnice – testovi i upitnici, kako se provode testovi, važnost procjene, izgled obrazaca za procjenu. | Dr. sc. Vesna Šeper, v. pred. |
| **Srijeda,**  **15.11.2023.** | 14,00 – 17:30 | Primjena Swiss lopte - kako pravilno odabrati veličinu lopte, kako ju koristiti za aktivno sjedenje, a kako za vježbu; što je aktivno sjedenje; stupnjevi kontrole na lopti. Primjeri jednostavnijih vježbi snage. Korištenje pomagala pri vježbanju. | Radionica | Kabinet za fizioterapiju,  2. kat |  | Dr. sc. Nebojša Nešić, prof. struč. studija i  Dr.sc. Vesna Šeper, v. pred. |
| **Četvrtak,**  **16.11.2023.** | 14,00 – 16:30 | Primjena Swiss lopte – primjeri složenijih vježbi snage, vježbe za poboljšanje propriocepcije; | Radionica | Kabinet za fizioterapiju,  2. kat |  | Dr. sc. Nebojša Nešić, prof. struč. studija i  Dr. sc. Vesna Šeper, v. pred. |