

Студијски програм : ИНТЕГРИСАНЕ АКАДЕМСКЕ СТУДИЈЕ –МЕДИЦИНЕ			
Назив предмета: Физиологија напора			
Наставник/наставници: Доц. др Милан Ћирић			
Статус предмета: изборни			
Број ЕСПБ: 3			
Шифра предмета: 24М548.9			
Услов: Нема услова			
Циљ предмета			
СТИЦАЊЕ ЗНАЊА О ФИЗИОЛОШКИМ МЕХАНИЗМИМА АДАПТАЦИЈЕ ОРГАНСКИХ СИСТЕМА И ЦЕЛОКУПНОГ ЉУДСКОГ ОРГАНИЗМА НА УСЛОВЕ ФИЗИЧКОГ ОПТЕРЕЋЕЊА			
Исход предмета			
Знање стечено током наставног процеса из Физиологије омогућава студенту и доктору медицине да:			
<ul style="list-style-type: none"> • разуме и тумачи брзе реакције као и адаптацију организма на физичко оптерећење, • сазна на који начин физичка активност може побољшати здравље и квалитет живота, • разуме како редовна физичка активност помаже у превенцији и рехабилитацији хроничних болести 			
Садржај предмета			
<i>Теоријска настава</i>			
Студенти медицине се у склопу теоријске наставе упознају са физиолошким процесима и функцијама свих органских система у условима физичког оптерећења, и то са функцијом скелетних мишића у току вежбања анализом јачине, силе, рада, снаге и контроле мишићне контракције, са ефектима физичког вежбања на функцију скелетних мишића, на брза и спора мишићна влакна, са утицајем редовне физичке активности на кардиоваскуларни систем, са адаптацијом респираторног и хематолошког система на напор, са метаболичким системима (аеробним и анаеробним) и хранљивим супстратима током вежбања, са специфичностима исхране особа изложених редовном физичком оптерећењу, као и са хомеостазом воде и електролита при физичком оптерећењу.			
<i>Практична настава</i>			
Ова настава обухвата мерење извршеног рада и снаге степ-тестом и ергометар бициклом, израчунавање ефикасности извршеног рада, функционалне пробе кардиоваскуларног система на физички напор, одређивање статичких и динамичких респирацијских параметара у напору, праћење замора и опоравка организма, процену степена аеробних (VO_{2max} и $VO_{2submax}$) и анаеробних способности, бављење принципима исхране спортиста и састављање хранљивог obroка, а обухвата и одбрану семинарског рада			
Литература			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Хал Ј., Гајтон А, Медицинска физиологија 11. издање, Савремена администрација, Београд, 2008. (одговарајућа поглавља) 2. Стојиљковић Н (уредник), Практикум из физиологије, Свен, Ниш, 2019. 3. Деспопулос А, Зилбернагл Ш: Физиолошки атлас у боји, 2006 			
Број часова активне наставе: 30	Теоријска настава: 15	Практична настава: 15	Остало: 15
Методe извођења наставе			
Теоријска настава Практична настава Семинарски радови			
Оцена знања (максимални број поена 100)			
Предиспитне обавезе	30 поена	Завршни испит	70 поена
Активност у току наставе	10 поена	писмени испит	70 поена
Семинарски радови	20 поена		