

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: Физиологија				
Година и семестар: II година III семестар				
Статус предмета: Обавезни				
Број ЕСПБ: 8				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 3+2				
Школска година: 2014/2015				
Услов: Нема посебних услова за слушање предмета.				
ЦИЉ И ИСХОД				
Циљ: Упознавање студената са функционалним и регулационим механизмима органа, система органа и људског организма у целини, посебно током физичке активности и током опоравка.				
Исход: Усвајањем знања о нормалном (физиолошком) функционисању људског организма студент је стекао основу за учења о могућим интервенцијама путем физичке активности у циљу унапређења и одржавања физичке припремљености и здравља.				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/ предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Функционална организација људског тела и контрола унутрашње средине.	I	Теоријска предавања	
2.	Физиологија нерава и мишића.	II		
3.	Физиологија срца. Циркулација.	III		
4.	Крвне ћелије, имунитет и коагулација крви. Физиологија дисања.	IV		
5.	Бубрези и телесне течности. Ацидобазна равнотежа.	V		
6.	Органи за варење. Метаболизам и регулација телесне температуре.	VI		
7.	Организација нервног система и сензорна физиологија. Контрола моторних функција. Специјална чула. Ендокрини систем.	VII		
8.	На колоквијуму се проверавају садржаји из претходних 7 недеља	VIII		Колоквијум 1
9.	Мишићна и нервна контрола покрета. Кретне навике и динамички стереотип. Неуромишићна адаптација на тренинг.	IX	Теоријска предавања	
10.	Базични енергетски системи. Метаболичка адаптација на тренинг. Терморегулација и варење током физичке активности.	X		
11.	Срце и циркулација кроз различите фазе физичког оптерећења. Адаптација кардиоваскуларног система.	XI		
12.	Регулација дисања током физичке активности. Кардиореспираторна издржљивост. Физичка активност на великим надморским висинама.	XII		
13.	Физичка активност у периоду раста и развоја. Специфичности физичке активности жена. Физичка активност у старијем добу.	XIII		
14.	Хормонска регулација физичке активности. Допинг и антидопинг контрола. На колоквијуму се проверавају садржаји из претходних 6 недеља	XIV		Колоквијум 2

Р.б.	Наставни садржаји/вежбе	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Рефлексна делатност нервног система.	I	Демонстрација. Групни рад.	
2.	Општи механизам контракције скелетних мишића.	II	Мултимедијална демонстрација. Интерактивни рад.	
3.	Одређивање фреквенције срчаног рада и крвног притиска.	III	Демонстрација. Групни рад.	
4.	Спирометрија.	IV	Демонстрација. Тестови, нормативи, интерпретација.	
5.	Симулација функције уринарног система. Демонстрација функције система за очување ацидобазне равнотеже.	V	Мултимедијална демонстрација. Интерактивни рад.	
6.	Индиректна калориметрија.	VI	Демонстрација. Тестови, нормативи, интерпретација.	
7.	Планирање дневног програма исхране.	VII	Групни рад.	Семинарски рад
8.	Неуромишићна адаптација на тренинг.	VIII	Демонстрација.	
9.	Базични енергетски системи. Метаболичка адаптација на тренинг.	IX	Тестови, нормативи, интерпретација.	
10.	Адаптација кардиоваскуларног система.	X	Демонстрација. Тестови, нормативи, интерпретација. Групни рад.	
11.	Регулација дисања током физичке активности.	XI	Демонстрација.	
12.	Кардиореспираторна издржљивост.	XII	Тестови, нормативи, интерпретација.	
13.	Специфичности физичке активности жена. Физичка активност у старијем добу.	XIII	Мултимедијална демонстрација.	
14.	Хормонска регулација физичке активности.	XIV	Интерактивни рад.	Семинарски рад

УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

- Радовановић, Д. (2009). Физиологија за студенте Факултета спорта и физичког васпитања. Ниш: Факултет спорта и физичког васпитања.
- Радовановић, Д. (2007). Практикум из физиологије за студенте. Факултета спорта и физичког васпитања. Ниш: "Свен".
- Guypot, A., Hall, J.E. (2008). Медицинска физиологија, превод једанаестог издања. Београд: "Савремена администрација".
- Јовановић, Д., Радовановић, Д. (2001). Допинг и спорт. Ниш: СИА.
- Wilmore, J.H. (1994). Physiology of sport and exercise. Shampaign IL: Human Kinetics.
- Powers K.S. (2001). Exercise physiology: theory and application to fitness and performance, USA, Mc Graw Hill.

ОЦЕНА ЗНАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Поена: 70		Завршни испит	Поена: 30	
	Минимум	Максимум		Минимум	Максимум
Теоријска настава	5	5	Теоријски испит (усмено или писмено)		30
Практична настава	5	5			
Колоквијум 1	0	20			
Колоквијум 2	0	20			
Семинарски рад	10	10			
Интерактивна настава	10	10			
УКУПНО	30	70			30

НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

Наставник:

др Драган Радовановић, ванредни професор - предавања и вежбе

Сарадник: