

Fakultet zdravstvenih studija
 Preddiplomski sveučilišni studij Fizioterapije
 Izvedbeni nastavni plan – satnica za predmet Klinička kineziologija akademske 2024.-2025. godine

Redovan studij – I. godina

Dan	Sat	Tema	Oblik nastave	Dvorana	Skupina	Nastavnik
1. TJEDAN						
Ponedjeljak, 3. ožujak 2025.	9,00 – 10,30 10,45 – 13,00	Uvodno predavanje, funkcija mišića u pokretu, poliartikularni mišići, art. sternoclavicularis, art. acromioclavicularis, pokreti ramena, pokreti lopatice. Rameni zglob, pokreti ruke u ramenom zglobu, lakatni zglob, radioulnarni distalni zglob, pokreti podlaktice.	Predavanja	Dvorana 4	Svi	Doc. dr. sc. Hrvoje Vlahović
Utorak, 4. ožujak 2025.	9,00 – 10,30 10,45 – 13,00	Zglobovi šake i prstiju i pokreti. Zdjelica – koštani obruč i ligamenti. Zglob kuka, pokreti u zglobu kuka. Zglob koljena, pokreti u zglobu koljena, gornji i donji nožni zglob, pokreti u gornjem i donjem nožnom zglobu.	Predavanja	Dvorana 4	Svi	Doc. dr. sc. Hrvoje Vlahović
	13,00 – 13,45	Teme 1. predavanja	Seminar	Dvorana 4	Svi	Doc. dr. sc. Hrvoje Vlahović
Srijeda, 5. ožujak 2025.	9,00 – 10,30	Uzdužni svod stopala, zglobovi prstiju i pokreti prstiju. Mimična muskulatura, čeljusni zglob, mišići za žvakanje, muskulatura vrata, vratna kralježnica i pokreti vratne kralježnice, vanjski mišići oka.	Predavanja	Dvorana 4	Svi	Doc. dr. sc. Hrvoje Vlahović
	10,45 – 12,15 12,30-14,00	Teme 2.predavanja	Seminar	Dvorana 4	Svi	Doc. dr. sc. Hrvoje Vlahović
Četvrtak, 6. ožujak 2025.	9,00 – 11,15	Autohtoni mišići leđa, meka trbušna stjenka, grudna i slabinska kralježnica, pokreti kralježnice, pokreti trupa u zglobu kuka. Prsni koš, mehanika disanja.	Predavanja	Dvorana 4	Svi	Doc. dr. sc. Hrvoje Vlahović
	11,30- 13,00	Teme 3.predavanja	Seminar	Dvorana 4	Svi	Doc. dr. sc. Hrvoje Vlahović
	13,15 – 14,45	Uvod u vježbe	Auditorne vježbe	Dvorana 4	Svi	Doc. dr. sc. Hrvoje Vlahović
petak, 7. ožujak 2025.	9,00 – 10,30 10,45 – 11,30	Teme 4.predavanja	Seminar	Dvorana 4	Svi	Doc. dr. sc. Hrvoje Vlahović
	11,45 – 14,00	Uvod u vježbe	Auditorne vježbe	Dvorana 4	Svi	Doc. dr. sc. Hrvoje Vlahović

2. TJEDAN

Ponedjeljak, 10. ožujak 2025.	8,30 – 11,30	Funkcija mišića u pokretu, poliartikularni mišići, art. sternoclavicularis, art. acromioclavicularis, pokreti ramena, pokreti lopatice.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina A	v. asist. Dragana Rašić
	12,00 – 15,00	Funkcija mišića u pokretu, poliartikularni mišići, art. sternoclavicularis, art. acromioclavicularis, pokreti ramena, pokreti lopatice.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina B	v. asist. Dragana Rašić
Utorak, 11. ožujak 2025.	8,30 – 11,30	Rameni zglob, pokreti ruke u ramenom zglobu, lakatni zglob, radioulnarni distalni zglob, pokreti podlaktice.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina A	v. asist. Dragana Rašić
	12,00 – 15,00	Rameni zglob, pokreti ruke u ramenom zglobu, lakatni zglob, radioulnarni distalni zglob, pokreti podlaktice.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina B	v. asist. Dragana Rašić
Srijeda, 12. ožujak 2025.	8,30 – 11,30	Zglobovi šake i prstiju i pokreti.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina A	v. asist. Dragana Rašić
	12,00 – 15,00	Zglobovi šake i prstiju i pokreti.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina B	v. asist. Dragana Rašić
Četvrtak, 13. ožujak 2025.	8,30 – 11,30	Zdjelica – koštani obruč i ligamenti. Zglob kuka, pokreti u zglobu kuka.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina A	v. asist. Dragana Rašić
	12,00 – 15,00	Zdjelica – koštani obruč i ligamenti. Zglob kuka, pokreti u zglobu kuka.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina B	v. asist. Dragana Rašić
petak, 14. ožujak 2025.	8,30 – 11,30	Zglob koljena, pokreti u zglobu koljena.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina A	v. asist. Dragana Rašić
	12,00 – 15,00	Zglob koljena, pokreti u zglobu koljena.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina B	v. asist. Dragana Rašić

3. TJEDAN

Ponedjeljak, 17. ožujak 2025.	8,30 – 11,30	Gornji i donji nožni zglob, pokreti u gornjem i donjem nožnom zglobu.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina A	v. asist. Dragana Rašić
	12,00 – 15,00	Gornji i donji nožni zglob, pokreti u gornjem i donjem nožnom zglobu.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina B	v. asist. Dragana Rašić
Utorak, 18. ožujak 2025.	8,30 – 11,30	Uzdužni svod stopala, zglobovi prstiju i pokreti prstiju. Mimična muskulatura, čeljusni zglob, mišići za žvakanje, vanjski mišići oka.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina A	v. asist. Dragana Rašić
	12,00 – 15,00	Uzdužni svod stopala, zglobovi prstiju i pokreti prstiju. Mimična muskulatura, čeljusni zglob, mišići za žvakanje, vanjski mišići oka.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina B	v. asist. Dragana Rašić
Srijeda, 19. ožujak 2025.	8,30 – 11,30	Muskulatura vrata, vratna kralježnica i pokreti vratne kralježnice.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina A	v. asist. Dragana Rašić

	12,00 – 15,00	Muskulatura vrata, vratna kralježnica i pokreti vratne kralježnice.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina B	v. asist. Dragana Rašić
Četvrtak, 20. ožujak 2025.	8,30 – 11,30	Autohtoni mišići leđa, meka trbušna stjenka, grudna i slabinska kralježnica, pokreti kralježnice, pokreti trupa u zglobu kuka.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina A	v. asist. Dragana Rašić
	12,00 – 15,00	Autohtoni mišići leđa, meka trbušna stjenka, grudna i slabinska kralježnica, pokreti kralježnice, pokreti trupa u zglobu kuka.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina B	v. asist. Dragana Rašić
petak, 21. ožujak 2025.	8,30 – 11,30	Mehanika disanja.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina A	v. asist. Dragana Rašić
	12,00 – 15,00	Mehanika disanja.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina B	v. asist. Dragana Rašić
4. TJEDAN						
Ponedjeljak, 24. ožujak 2025.	8,30 – 11,30	Ležeran uspravan stav, miran uspravan stav. Stav s masom na jednoj nozi, a osloncem na dvije noge. Podizanje na prste, stav na jednoj nozi.	Predavanja	Dvorana 4	Svi	Doc. dr. sc. Hrvoje Vlahović
	12,00 - 14,30	Teme 1.predavanja	Seminar	Dvorana 4	Svi	Doc. dr. sc. Hrvoje Vlahović
Utorak, 25. ožujak 2025.	8,30 – 11,30	Sjedeći stav i podizanje, čučanj i podizanje. Ležeći stav – podizanje u sjedeći stav, podizanje nogu od podloge.	Predavanja	Dvorana 4	Svi	Doc. dr. sc. Hrvoje Vlahović
	12,00 - 14,30	Teme 2.predavanja	Seminar	Dvorana 4	Svi	Doc. dr. sc. Hrvoje Vlahović
Srijeda, 26. ožujak 2025.	8,30 – 11,30	Hod po ravnom, hod po neravnom terenu. Hod uz stepenice i niz stepenice, hod uzbrdo i nizbrdo, trčanje.	Predavanja	Dvorana 4	Svi	Doc. dr. sc. Hrvoje Vlahović
	12,00 - 14,30	Teme 3.predavanja	Seminar	Dvorana 4	Svi	Doc. dr. sc. Hrvoje Vlahović
Četvrtak, 27. ožujak 2025.	8,30 – 11,30	PONAVLJANJE	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina A	v. asist. Dragana Rašić
	12,00 – 15,00	PONAVLJANJE	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina B	v. asist. Dragana Rašić
petak, 28. ožujak 2025.	8,30 – 11,30	Ležeran uspravan stav, miran uspravan stav. Stav s masom na jednoj nozi, a osloncem na dvije noge.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina A	v. asist. Dragana Rašić
	12,00 – 15,00	Ležeran uspravan stav, miran uspravan stav. Stav s masom na jednoj nozi, a osloncem na dvije noge.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina B	v. asist. Dragana Rašić

5. TJEDAN

Ponedjeljak, 31. ožujak 2025.	8,30 – 11,30	Podizanje na prste, stav na jednoj nozi. Sjedeći stav i podizanje, čučanj i podizanje.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina A	v. asist. Dragana Rašić
	12,00 – 15,00	Podizanje na prste, stav na jednoj nozi. Sjedeći stav i podizanje, čučanj i podizanje.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina B	v. asist. Dragana Rašić
Utorak, 1. travanj 2024.	8,30 – 11,30	Ležeći stav – podizanje u sjedeći stav, podizanje nogu od podloge.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina A	v. asist. Dragana Rašić
	12,00 – 15,00	Ležeći stav – podizanje u sjedeći stav, podizanje nogu od podloge.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina B	v. asist. Dragana Rašić
Srijeda 2. travanj 2024.	8,30 – 11,30	Hod po ravnom, hod po neravnom terenu.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina A	v. asist. Dragana Rašić
	12,00 – 15,00	Hod po ravnom, hod po neravnom terenu.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina B	v. asist. Dragana Rašić
Četvrtak 3. travanj 2024.	8,30 – 11,30	Hod uz stepenice i niz stepenice, hod uzbrdo i nizbrdo, trčanje.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina A	v. asist. Dragana Rašić
	12,00 – 15,00	Hod uz stepenice i niz stepenice, hod uzbrdo i nizbrdo, trčanje.	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina B	v. asist. Dragana Rašić
Petak 4. travanj 2024.	8,30 – 11,30	PONAVLJANJE	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina A	v. asist. Dragana Rašić
	12,00 – 15,00	PONAVLJANJE	Vježbe	Kabinet za fizioterapiju	Skupina B	v. asist. Dragana Rašić