

Sveučilište u Mostaru, Fakultet zdravstvenih studija, -*Studij fizioterapije, II godina redovan studij*  
**Izvedbeni plan-satnica iz kolegija Fizioterapijske vještine za akademsku 2025. /2026. Godinu**

Dan	Sat	Tema	Oblik nastave	Skupina	Dvorana	Nastavnik
Ponedjeljak, 27. travanj	13,00 -15, 15	Provođenje aktivnosti aerobne izdržljivosti upotrebom ergometara, stepera, utega, kolotura, hidraulike, elastičnih traka, robotike, mehaničkih ili elektromehaničkih pomagala	Predavanja 3 sata	Svi	Dvorana 1	Vedrana Grbavac
Utorak, 28. travanj	13,00 -15, 15	Povećanje snage kroz aktivni pokret, aktivno potpomognuti pokret i pokret s otporom; vježbe istezanja; vježbe na terapijskoj lopti, vježbe u void.	Predavanja 3 sata	Svi	Dvorana 1	Vedrana Grbavac
Srijeda, 29. travanj	13,00 -15, 15	Principi i postupci primjene respiratorne terapije uključujući tehnike disanja, mehanizam iskašljavanja, mobilizacija i transport sekreta, drenažni položaji, metode relaksacije, mobilizacija toraksa, respiratorni trening i inhalacije	Predavanja 3 sata	Svi	Dvorana 1	Vedrana Grbavac
Četvrtak, 30. travanj	13,00 -15, 15	Trening hoda, lokomocije i balansa; trening balansa i koordinacije; ergonomske trening. Principi i postupci primjene pomagala, ortoza, adaptivnih, zaštitnih, potpornih sredstava i opreme	Predavanja 3 sata	Svi	Dvorana 1	Vedrana Grbavac
Ponedjeljak, 4. svibanj	13,00 -15, 15	Principi i postupci primjene tehnika manualne terapije uključujući mobilizacije i manipulacije u cilju smanjenja boli	Predavanja 3 sata	Svi	Dvorana 1	Vedrana Grbavac
Utorak, 5. svibanj	13,00 -15, 15	Povećanja opsega pokreta, te smanjenja ili uklanjanja otekline mekih tkiva, upala ili ograničenja; postizanja relaksacije; poboljšanja elastičnosti kontraktibilnog i nekontraktibilnog tkiva;	Predavanja 3 sata	Svi	Dvorana 1	Vedrana Grbavac
Srijeda, 6. svibanj	13,00 -15, 15	Provođenje tehnika manualne terapije uključujući terapijsku masažu, masažu vezivnog tkiva, manualnu limfnu drenažu, akupresurnu masažu, manualnu trakciju, mobilizaciju i manipulaciju zglobova, mobilizaciju i manipulaciju mekog tkiva.	Predavanja 3 sata	Svi	Dvorana 1	Vedrana Grbavac
Četvrtak, 7. svibanj	13,00 -15, 15	Principi i postupci primjene funkcionalnog treninga brige o sebi i brige o domaćinstvu u okviru fizioterapijskog procesa uključujući aktivnosti svakodnevnog života i instrumentalne aktivnosti svakodnevnog života	Predavanja 3 sata	Svi	Dvorana 1	Vedrana Grbavac

Petak, 8. svibanj	13,00 - 14,30 14,45 - 16,00	TEME: Principi planiranja i programiranja terapijske vježbe u fizioterapijskom procesu; Terapijske vježbe za povećanje mišićne snage i jakosti – individualni pristup; Metode razvoja mišićne izdržljivosti u fizioterapiji; Vježbe za poboljšanje koordinacije i motoričke kontrole; Korekcija posture kroz ciljane kineziterapijske postupke; Terapijske vježbe za povećanje opsega pokreta (aktivni i pasivni pristup); Aktivno potpomognuti pokreti i pokreti s otporom u rehabilitaciji; Vježbe istezanja – vrste, indikacije i kontraindikacije; Primjena terapijske lopte u fizioterapijskoj praksi; Vježbe u vodi (hidrokineziterapija) – principi i učinci; Aerobni trening u fizioterapiji – ergometri, stepperi i druga pomagala; Trening hoda i lokomocije u rehabilitaciji; Trening balansa i prevencija padova; Ergonomski trening i edukacija pacijenata u svakodnevnim aktivnostima; Manualna terapija – osnovni principi i mjesto u fizioterapijskom procesu	Seminari 3 sata	Svi	Dvorana 1	Dragana Rašić
Subota 9. svibanj	9,00 – 11, 30	Mobilizacija zglobova – tehnike i klinička primjena; Manipulacija zglobova – indikacije, kontraindikacije i sigurnost primjene; Razlikovanje ograničenja kontraktilnih i nekontraktilnih tkiva u procjeni; Terapijska i medicinska masaža – teorija i praksa; Masaža vezivnog tkiva i njezina primjena u rehabilitaciji; Manualna limfna drenaža – principi i kliničke indikacije; Tehnike facilitacije, inhibicije i stimulacije u terapijskom procesu; Respiratorna terapija – tehnike disanja i respiratorni trening; Mehanizmi iskašljavanja i drenažni položaji u pulmološkoj rehabilitaciji; Mobilizacija toraksa i metode relaksacije u respiratornoj terapiji; Funkcionalni trening aktivnosti svakodnevnog života (ASŽ); Instrumentalne aktivnosti svakodnevnog života u fizioterapiji; Primjena ortoza i adaptivnih pomagala u rehabilitaciji; Integracija terapijskih vještina u cjeloviti fizioterapijski plan liječenja	Seminari 3 sata	Svi	Dvorana 1	Dragana Rašić

- Svi studenti su se dužni upisati na kolegij kroz sustav za e učenje Sumarum
- Sve informacije u vezi organizacije nastave studenti će moći preuzeti kroz sustav za e učenje
- Redoviti studenti moraju obaviti svu nastavu odnosno opravdano izostati do granice propisane Statutom FZS

## Vježbe iz predmeta Fizioterapijske vještine

Datum	Maja Zeljko, mag. physioth 8,00 – 9,30 Klinika za fizikalnu medicinu i rehabilitaciju	Dr.sc. Vedrana Grbavac, mag. physioth 11,00 – 12,30 Klinika za fizikalnu medicinu i rehabilitaciju	Doc.dr.sc.Ivana Grle, mag. physioth 8,00 -9,30 Kabinet za fizioterapiju FZS	Dragana Rašić mag. physioth 9,30 – 12,30 Kabinet za fizioterapiju FZS
Ponedjeljak, 11. svibanj	A	B	C	D
Utorak, 12. svibanj	B	C	D	A
Srijeda, 13. svibanj	C	D	A	B
Četvrtak, 14. svibanj	D	A	B	C
Petak, 15. svibanj	A	B	C	D
Ponedjeljak, 18. svibanj	B	C	D	A
Utorak, 19. svibanj	C	D	A	B
Srijeda, 20. svibanj	D	A	B	C
Četvrtak, 21. svibanj	A	B	C	D
Petak, 22. svibanj	B	C	D	A
Ponedjeljak, 25. svibanj	C	D	A	B
Utorak, 26. svibanj	D	A	B	C
Srijeda, 27. svibanj	-	-	-	A+B
Četvrtak, 28. svibanj	-	-	-	C+D

Vježbe će se održavati u Klinici za fizikalnu medicinu i rehabilitaciju i Kabinetu za fizioterapiju FZS