

**Datum:** Rijeka, 26. listopada 2021.

**Kolegij:** Funkcionalna anatomija – miofascijalni sling sustavi

**Voditelj:** Karlo Horvat

**Katedra:** Katedra za fizioterapiju

**Studij:** Preddiplomski stručni studiji - Fizioterapija redovni

**Godina studija:** 3

**Akadska godina:** 2022./2023.

## IZVEDBENI NASTAVNI PLAN

**Podaci o kolegiju (kratak opis kolegija, opće upute, gdje se i u kojem obliku organizira nastava, potreban pribor, upute o pohađanju i pripremi za nastavu, obveze studenata i sl.):**

Kolegij je namijenjen studentima koji žele steći nova saznanja o funkcioniranju ljudskoga tijela kao jedne nedjeljive cjeline. Kroz prizmu funkcionalne anatomije i neuromišićno-koštanog sustava studenti će dobiti drugačiji pogled na jednu od osnovnih funkcija ljudskog tijela – pokret. Studenti će dobiti osnovna znanja o funkcioniranju neurološkog sustava u kreiranju pokreta te specifična znanja o sastavnim djelovima koji sudjeluju u pokretu (mišići, ligamenti, fascije) te način na koji se oni udružuju u timove tvoreći miofascijalne lance. Moći će objasniti, opisati i testirati pojedine miofascijalne lance i njihove sastavne dijelove te prepoznati disfunkcije ili „rupe“ u pojedinim lancima te njihov utjecaj na tijelo. Nastava se organizira u obliku predavanja i vježbi. Studenti su dužni pohađati nastavu i imati opremu za vježbanje; trenirku ili kratke hlačice, majicu kratkih rukava, tenisice.

**Popis obvezne ispitne literature:**

1. Carla Stecco, Waren Hammer, Andry Vleeming, Raffaele De Caro; Funkcionalni atlas sustava fascije čovjeka; Elsevier, 2015.
2. Thomas W. Myers, Anatomy Trains: Myofascial Meridians for Manual Therapists and Movement Professionals, 4th Edition; Elsevier 2020.
3. Robert Schleip, Amanda Baker; Fascia u pokretu i sportu; Handspring; 2015.
4. Predavanja

**Popis dopunske literature:**

1. Karin Gurtner: Slings Essentials: Manual for Embodied Learning; Amazon Media EU, 2008.
2. Karin Gurtner; Thomas W. Myers; Anatomy Trains in Motion: Embrain and embody myofascial meridian anatomy; Amazon Media EU, 2019.

3. Thomas w. Myers, BodyReading: Visual Assessment and the Anatomy Trains, Amazon 2017.

## Nastavni plan:

### Popis predavanja (s naslovima i pojašnjenjem):

1. Što je fascija?
2. Građa i uloga fascije
3. Hod i analiza hoda
4. Osjetilni sustav
5. Anatomy Trains linije
6. Površinska prednja linija
7. Površinska stražnja linija
8. Lateralna linija
9. Funkcionalna stražnja linija
10. Funkcionalna prednja linija
11. Ipsilateralna linija
12. Spiralna linija
13. Površinske i duboke linije ruku
14. Duboka prednja linija
15. Miofascijalni sustavi
16. Prednji kosi sustav
17. Lateralni sustav
18. Duboki longitudinalni sustav
19. Stražnji kosi sustav
20. Disanje
21. Unutarnja i vanjska stabilizacijska jedinica trupa

### Popis seminara s pojašnjenjem:

Unesite tražene podatke

### Popis vježbi s pojašnjenjem:

Vježbe iz kolegija provode se u dvorani za vježbanje Fakulteta zdravstvenih studija.  
Procjena posture (Body reading), funkcionalni testovi, testovi sustava, manualni mišićni testovi, palpacija

### Obveze studenata:

Studenti su obvezni redovito pohađati i aktivno sudjelovati u svim oblicima nastave

Ispit (način polaganja ispita, opis pisanog/usmenog/praktičnog dijela ispita, način bodovanja, kriterij ocjenjivanja):

## ECTS bodovni sustav ocjenjivanja:

Ocjenjivanje studenata provodi se prema važećem Pravilniku o studijima Sveučilišta u Rijeci, te prema Pravilniku o ocjenjivanju studenata na Fakultetu zdravstvenih studija.

Rad studenata vrednovat će se i ocjenjivati tijekom izvođenja nastave, te na završnom ispitu. Od ukupno 100 bodova, tijekom nastave student može ostvariti 50 bodova, a na završnom ispitu 50 bodova.

Ocjenjivanje studenata vrši se primjenom ECTS (A-F) i brojčanog sustava (1-5).

Od maksimalnih 50 ocjenskih bodova koje je moguće ostvariti tijekom nastave, student mora sakupiti minimum od 25 ocjenskih bodova da bi pristupio završnom ispitu.

Ocjenske bodove student stječe aktivnim sudjelovanjem u nastavi, izvršavanjem postavljenih zadataka na sljedeći način:

### PISMENI DIO ISPITA - ZAVRŠNI ISPIT

Izvrstan (5) - 50 bodova

Vrlo dobar (4) - 45 bodova

Dobar (3) - 35 bodova

Dovoljan (2) - 24 bodova

Nedovoljan (0) - 0 bodova

### DOLASCI NA NASTAVU

Prisutnost na nastavi 90 do 100 % - 20 bodova

Prisutnost na nastavi 80 do 90 % - 14 bodova

Prisutnost na nastavi 70 do 80 % - 8 bodova

Prisutnost na nastavi ispod 70 % - 0 bodova

### AKTIVNOSTI NA NASTAVI

Izvrstan (5) - 10 bodova

Vrlo dobar (4) - 8 bodova

Dobar (3) - 6 bodova

Dovoljan (2) - 4 bodova

Nedovoljan (1) - 0 bodova

### ZAVRŠNA OCJENA

Izvrstan A (5) - od 90% do 100%

Vrlo dobar B (4) - od 75% do 89,9%

Dobar C (3) - od 60% do 74,9%

Dovoljan D (2) - od 50% do 59,9%

Neuspješan F (1) - manje od 50%\*\*

\*\* nema pravo izlaska na završni ispit (mora ponovno upisati predmet u slijedećoj akademskoj godini)

**Mogućnost izvođenja nastave na stranom jeziku:**

Unesite tražene podatke

**Ostale napomene (vezane uz kolegij) važne za studente:**

Nastavni sadržaji i sve obavijesti vezane uz kolegij kao i ispitni termini nalaze se na mrežnim stanicama Fakulteta.

## SATNICA IZVOĐENJA NASTAVE (za akademsku 2022./2023. godinu)

**Raspored nastave**

Datum	Predavanja (vrijeme i mjesto)	Seminari (vrijeme i mjesto)	Vježbe (vrijeme i mjesto)	Nastavnik
10.01.2023.	P1 (08,00-13,00) dvorana za OMT			Karlo Horvat, mag. physioth.
17.01.2023.	P2 (8,00-13,00) dvorana za OMT			Karlo Horvat, mag. physioth.
20.01.2023.	P3 (13,00-18,00) dvorana za OMT			Karlo Horvat, mag. physioth.
24.01.2023.			V1(08,00-13,00) dvorana za OMT	Karlo Horvat, mag. physioth.
28.02.2023.			V2 (08,00-13,00) dvorana za OMT	Karlo Horvat, mag. physioth.
02.03.2023.			V3(08,00-11,00) dvorana za OMT	Karlo Horvat, mag. physioth.
09.03.2023.			V4 (08,00-10,00) dvorana za OMT	Karlo Horvat, mag. physioth.

**Popis predavanja, seminara i vježbi:**

P	PREDAVANJA (tema predavanja)	Broj sati nastave	Mjesto održavanja
P1	Što je fascija? Građa i uloga fascije Hod i analiza hoda Osjetilni sustav	5	dvorana za OMT
P2	Anatomy Trains linije Površinska prednja linija Površinska stražnja linija Lateralna linija Funkcionalna stražnja linija Funkcionalna prednja linija Ipsilateralna linija Spiralna linija Površinske i duboke linije ruku Duboka prednja linija	5	dvorana za OMT
P3	Miofascijalni sustavi Prednji kosi sustav Lateralni sustav Duboki longitudinalni sustav Stražnji kosi sustav Disanje Unutarnja i vanjska stabilizacijska jedinica trupa	5	dvorana za OMT
<b>Ukupan broj sati predavanja</b>		15	

S	SEMINARI (tema seminara)	Broj sati nastave	Mjesto održavanja
<b>Ukupan broj sati seminara</b>			

V	VJEŽBE (tema vježbe)	Broj sati nastave	Mjesto održavanja
V1	Procjena posture (Body reading), funkcionalni testovi	5	dvorana za OMT

V2	Testiranje miofascijalnih sustistema, manualni mišićni testovi	5	dvorana za OMT
V3	Manualni mišićni testovi	3	dvorana za OMT
V4	Palpacija	2	dvorana za OMT
	<b>Ukupan broj sati vježbi</b>	<b>15</b>	

	<b>ISPITNI TERMINI (završni ispit)</b>
1.	11.06.2023.
2.	23.06.2023.
3.	05.07.2023.
4.	