

ISVU šifra	Naziv predmeta				Status predmeta	Semestar
259833	Tjelesna aktivnost u prevenciji kroničnih bolesti				Izborni	2
Tip predmeta	Oblici nastave (ukupan broj sati u semestru)				Samostalni rad (sati)	ECTS
Stručni	P	S	V	E-učenje		2
	15		15			
Nastavnik	doc.dr.sc. Jurica Veronek					
Suradnik						
Cilj predmeta	Upoznati studenta s osnovnim spoznajama i konceptom preventivnih radnji temeljenih na fizičkoj aktivnosti i kretanju kao mehanizmu sprečavanja ili odgađanja najčešćih kroničnih bolesti modernog doba (visoki krvni tlak, dijabetes, pretilost, osteoporoza, sarkopenija, tjelesna neaktivnost). Osposobiti studenta za procjenu potrebe provođenja preventivne tjelesne aktivnosti u zajednici, kao i samostalna ili grupna organizacija preventivne tjelesne aktivnosti					
Ishodi učenja	1. identificirati i objasniti najčešće kronične bolesti te poznavati osnove fiziologije vježbanja i metode procjene razine tjelesne aktivnosti pojedinca ili zajednice u prevenciji kroničnih bolesti 2. poznavati i primjenjivati znanja u samostalnoj procjeni i planiranju potrebe za organiziranim provođenjem preventivne tjelesne aktivnosti uz primjenu osnovnih mjerenja i testova na početku, tijekom i završetku tjelesne aktivnosti					
Uvjeti za upis predmeta (odslušan ili položen kolegij) te potrebna znanja i vještine						
Vrste izvođenja predmeta	Predavanja Vježbe u praktikumu Samostalni zadaci				Komentari	
Obveze studenata	Prema Pravilniku o studijima i studiranju Sveučilišta Sjever					
Sadržaj predmeta						
Nastavna cjelina			Oblici nastave (sati)			
			Predavanja	Seminari	Vježbe	E-učenje
Obvezna literatura	1. Mišogoj Duraković, M. i sur. Tjelesno vježbanje i zdravlje, Medicinska naklada, Zagreb, 2012.					
Dopunska literatura	1. Meyer, Aleta L., Gullotta, Thomas P. (Eds.) Physical activity across the lifespan; Prevention and Treatment for Health and Well-Being Series: Vol. 12 2012, XXIV					
Način provjere ishoda učenja	Prema Pravilniku o studijima i studiranju Sveučilišta Sjever					
Završni / Diplomski rad	Da					