

1.	Наслов на наставниот предмет	ФИЗИОЛОГИЈА НА СПОРТОТ			
2.	Код	ОМ-И-19			
3.	Студиска програма	Општа медицина			
4.	Организатор на студиската програма (единица, односно институт, катедра, оддел)	УКИМ-Медицински факултет Катедра по медицинска и експериментална физиологија со антропологија			
5.	Степен на образование (прв односно втор циклус)	Интегриран циклус			
6.	Академска година/семестар	Втора/IV	7.	Број на ЕКТС кредити	1
8.	Наставник	Проф.др. Сунчица Петровска			
9.	Предуслови за запишување на предметот	положен испит од Физиологија 1			
10.	<p>Цели на предметната програма (компетенции):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Изучување на физиологија на мускулите при вежбањето. • Совладување на адаптационите механизми на респираторниот систем, кардиоваскуларен систем и на невро-ендокриниот систем при вежбањето • Запознавање со основните механизми на мускулниот замор и на опоравување на организмот по физичката активност. • Осознавање на надворешната температура и на полот врз физичката активност <p>Семинарска работа: од областа на физиологија на спортот</p>				
11.	<p>Содржина на предметната програма:</p> <p>Теоретска настава:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Енергетски мускулни системи. • Потрошувачка на кислород и белодробна вентилација. Дифузиски капацитет на кислород кај спортистите. Составот на гасовите во крвта при вежбањето. • Проток на крвта низ мускулите. Потрошувачка на кислород и минутен волумен при вежбањето. Соодност помеѓу ефикасноста на кардиоваскуларниот систем и максимална кислородна потрошувачка ($VO_2 \max$). • Физичка активност како стрес фактор за организмот. Влијание на физичката активност врз нервно-ендокриниот систем. • Заморот и видови на замор (биохемиски промени, фази на заморот и биолошко значење на заморот). <ul style="list-style-type: none"> • Основни физиолошки механизми на опоравувањето (реконституција на системот гликоген-млечна киселина; опоравување на аеробниот систем). • Терморегулација во услови на висока и ниска надворешна температура • Адаптација на организмот во услови на ниска и висока надворешна температура. • Полови разлики во однос на мускулната моќ и сила, кардиоваскуларната и 				

	репираторната издржливост и полови разлики во однос на ендокринолошката функција и метаболизмот			
	Семинарска работа: избрани делови на физиологија на спортот			
12.	Методи на учење: Интерактивна настава (теоретска), семинарска работа			
13.	Вкупен расположив фонд на време	30 часови		
14.	Распределба на распложивото време	15 часови предавања, семинари, самостојни задачи 15 часови домашно учење		
15.	Форми на наставните активности	15.1	Предавања-теоретска настава	5 часови
		15.2	Вежби (лабораториски, клинички), семинари, тимска работа	Семинари 5 часови
16.	Други форми на активности	16.1	Проектни задачи	часови
		16.2	Самостојни задачи	5 часови
		16.3	Домашно учење	15 часови
17.	Начин на оценување			бодови
	17.1	Тестови	Писмен дел	мин.-макс. 12 - 20
		Завршен испит	Усмен дел	бодови мин.-макс. 12 - 20
	17.2	Семинарска работа/проект (презентација: писмена и усна)	Семинарска работа	бодови мин.-макс. 24 - 40
	17.3	Активно учество	Теоретска настава	бодови мин.-макс. 12 - 20
18.	Критериуми за оценување (бодови/оценка)	до 59 бода		5 (пет) Ф
		од 60 до 68 бода		6 (шест) Е
		од 69 до 76 бода		7 (седум) Д
		од 77 до 84 бода		8 (осум) Ц
		од 85 до 92 бода		9 (девет) Б
		од 93 до 100 бода		10 (десет) А
19.	Услов за потпис и полагање на завршен испит	<p>Условувачки критериуми: За да добие потпис студентот е потребно да ја посетува теоретската настава и семинарите и да освои минимум бодови</p> <p>За да пристапи на завршен испит студентот треба да изработи семинарски труд во писмена форма и да изработи power point презентација.</p> <p>Оценката за предметот се формира според табелата на</p>		

		оценки, а врз основа на збирот на бодовите од сите активности, континуираните проверки и завршниот испит.			
20.	Јазик на кој се изведува наставата	Македонски			
21.	Метод на следење на квалитетот на наставата	Студенска анонимна евалуација за предметот и наставниците и соработниците кои учествуваат во изведувањето на наставата			
22.	Литература				
	Задолжителна литература				
	Р.бр	Автор	Наслов	Издавач	Година
22.1	1	Учебник по медицинска физиологија	Артур К. Гајтон, Џон Е. Хол	Академски печат	2012
	2	С. Петровска	Основи на физиологија на спортот	Марив-с, Скопје	2010
	Доплнителна литература				
	Р.бр	Автор	Наслов	Издавач	Година
22.2	1	Foss ML, Keteyan SJ	Fox's physiological basis for exercise and sport	WCB/Mc Graw-Hill,	1998