

## ОПШТА КИНЕЗИТЕРАПИЈА – IV семестар (6 ЕСПБ)

### ПИТАЊА ЗА ПРАКТИЧНИ ИСПИТ

#### Правила полагања практичног испита:

- ✓ Студент улази у салу на позив наставника. На прво питање одговара показивањем почетних положаја у кинезитерапији. После тога, студент извлачи квитицу са 6 питања (из сваке области по једно). 3 – 7. питање полагају се у пару, тако што је студент који полаже испитивач, а други студент, који му асистира, испитаник. Испитаник за време полагања његовог колеге (испитивача), не говори и не ради ништа сам, осим оно што му каже испитивач (студент који полаже).
- ✓ Ако студент не одговори тачно на једно питање, добија заменско питање из дела из којег није дао тачан одговор, а ако ни на том питању не дâ тачан одговор онда мора потврдити знање у следећем испитном року.
- ✓ За пролаз су потребни тачни одговори из свих области.

**1. Основни, изведени и допунски положаји у кинезитерапији** (ово је прво и основно питање, тако да ће га полагати појединачно сви студенти, улазећи један по један на позив наставника).

#### **2. Равни у којима се изводе покрети и осовине око којих се изводе покрети:**

- 2.1. art. atlantooccipitalis
- 2.2. art. humeri
- 2.3. art. cubiti
- 2.4. art. radiocarpalis
- 2.5. ЛС кичма
- 2.6. art. coxae
- 2.7. art. genus
- 2.8. art. talocruralis

#### **3. Мерење обима покрета у зглобовима:**

- 3.1. art. atlantooccipitalis
- 3.2. art. humeri
- 3.3. art. cubiti
- 3.4. art. radiocarpalis
- 3.5. ЛС кичма
- 3.6. art. coxae
- 3.7. art. genus
- 3.8. art. talocruralis

#### **4. Мануелни мишићни тест мишића:**

- 4.1. флексора главе и врата
- 4.2. латералних флексора главе и врата
- 4.3. екстензора главе и врата
- 4.4. ротатора главе и врата
- 4.5. флексора надлакти
- 4.6. екстензора надлакти
- 4.7. абдуктора надлакти

- 4.8. аддуктора надлакти
- 4.9. хоризонталних флектора надлакти
- 4.10. хоризонталних екстензора надлакти
- 4.11. унутрашњих ротатора надлакти
- 4.12. спољашњих ротатора надлакти
- 4.13. флектора подлактице
- 4.14. екстензора подлактице
- 4.15. флектора трупа
- 4.16. екстензора трупа
- 4.17. флектора натколенице
- 4.18. екстензора натколенице
- 4.19. абдуктора натколенице
- 4.20. аддуктора натколенице
- 4.21. унутрашњих ротатора натколенице
- 4.21. спољашњих ротатора натколенице
- 4.22. флектора потколенице
- 4.23. екстензора потколенице

#### **5. Оцењивање држање тела и дијагностиковање деформитета**

- 5.1. посматрање у ФР са предње стране
- 5.2. посматрање у ФР са задње стране
- 5.3. посматрање у СР
- 5.4. дг кифозе
- 5.5. дг сколиозе
- 5.6. дг лордозе
- 5.7. дг удубљених груди
- 5.8. дг испупчених груди
- 5.9. дг „Х ногу“
- 5.10. дг „О ногу“
- 5.11. дг равних стопала

#### **6. Кинезитерапија:**

- 6.1. пасивни покрети горњих екстремитета
- 6.2. пасивни покрети доњих екстремитета
- 6.3. пасивни покрети главе
- 6.4. пасивни покрети трупа
- 6.5. активно потпомогнути покрети и технике извођења
- 6.6. активни покрети и технике извођења
- 6.7. активни покрети са отпором и технике извођења
- 6.8. вежбе баланса и равнотеже

#### **7. Вежбе корективног третмана (минимум 5 вежби):**

- 7.1. кифотичног лошег држања
- 7.2. лордотичног лошег држања
- 7.3. сколиотичног лошег држања - десна грудна сколиоза
- 7.4. сколиотичног лошег држања - лева слабинска сколиоза
- 7.5. удубљених груди



- 7.6. испупчених груди
- 7.7. „Х ногу“
- 7.8. „О ногу“
- 7.9. равних стопала

## ОПШТА КИНЕЗИТЕРАПИЈА – IV семестар (6 ЕСПБ)

### ИСПИТНА ПИТАЊА

1. Кинезитерапија, покрет и основне компоненте кретања
2. Експлозивна снага
3. Статичка снага
4. Репетитивна снага
5. Флексибилност
6. Равнотежа
7. Брзина једноставног покрета и фреквенције покрета
8. Агилност
9. Координација
10. Аеробне функционалне способности
11. Анаеробне функционалне способности
12. Когнитивне способности
13. Равни и осовине покрета
14. Локомоторни апарат
15. Годинов закон
16. Делпешов закон
17. Зглобови, активни и пасивни стабилизатори
18. Остеокинематички покрети у зглобовима
19. Артрокинематички покрети у зглобовима
20. Принципи и начини мерења обима покрета у зглобовима
21. Обим покрета кичме
22. Обим покрета горњих екстремитета
23. Обим покрета доњих екстремитета
24. Физиолошки положај зглобова
25. Функционални положај зглобова
26. Мишићи и њихова структура
27. Инервација мишића
28. Снага мишићне контракције
29. Мишићни тонус
30. Деконтракција мишића
31. Замор и његов утицај на мишићни рад
32. Хронични замор
33. Фазични и тонични мишићи
34. Слободни и фиксирани мишићни припој
35. Концентрична контракција
36. Ститичка контракција
37. Ексцентрична контракција
38. Максимална снага мишића и фактори који утичу на њу
39. Методе јачања мишића
40. Ефикасност мишићне контракције
41. Коштане полуге
42. Тежиште
43. Равнотежа



44. Ефекти мишићне контракције
45. Подела мишића према улози
46. Улога антагониста у извођењу покрета
47. Деловање полиартикуларних мишића
48. Мишићни кинетички ланац
49. Координација покрета
50. Улога ЦНС-а у мишићној активности
51. Компензација функција
52. Утицај мишићног рада на крвоток
53. Утицај мишићног рада на дисање
54. Утицај мишићног рада на варење
55. Индикације и контраиндикације за кинезитерапију
56. Опрема сале за кинезитерапију
57. Покрет у кинезитерапији
58. Почетни положај
59. Дозирање у кинезитерапији
60. Основни положаји
61. Изведени положаји
62. Допунски положаји
63. Карактер вежби
64. Пасивни покрети горњих екстремитета
65. Пасивни покрети доњих екстремитета
66. Пасивни покрети главе
67. Пасивни покрети трупа
68. Активно потпомогнути покрети и технике извођења
69. Активни покрети и технике извођења
70. Активни покрети са отпором и технике извођења
71. Scoliosis
72. Kyphosis
73. Lordosis
74. Pectus carinatum
75. Pectus excavatum
76. Genu valgum
77. Genu varum
78. Pes planus
79. Задатак (израчунавање обртног момента)

*Литература:*

- 
- Јевтић М. Клиничка кинезитерапија: II допуњено издање. Крагујевац; Мед. фак. Крагујевац; 2006.*  
*Косинац З. Кинезитерапија сустава за кретање. Загреб; Гопал Д.О.О.; 2008.*  
*Јевтић М. Физикална медицина и рехабилитација. Крагујевац; Мед. факултет Крагујевац; 1999.*  
*Богдановић З. Корективна гимнастика. Нови Пазар; Државни универзитет у Новом Пазару; 2010.*