



Kineziološki fakultet Sveučilište u Zagrebu

Doc.dr.sc. Sanja Šalaj
Prodekanica za znanost



E-učenje na Kineziološkom fakultetu



Razvoj e-učenja

- Specifičnosti studijskih programa – učenje motoričkih vještina za zanimanja nastavnik TZK, trener
- Strateški cilj: *Poticanje i uvođenje alata za e-učenje u nastavni proces*
- Dopuna kontaktnoj nastavi
- Povjerenstvo za e-učenje
- Nagrade za najbolje e-kolegije



Novi izazovi - ljetni semestar 2019./2020.

- Brzo osiguravanje nastavnih sadržaja u *online* okruženju
- Praktični predmeti!
- Rad na novim platformama
- Stalna komunikacija
- Obveza e-kolegija u Merlinu
- Upute za nastavnike
- Studentske ankete
- Soba za snimanje



Merlin
sustav za e-učenje

zoom



Microsoft Teams



Kineziološki fakultet
Sveučilište u Zagrebu

E-kolegij



- Merlin i Microsoft Teams
 - Nastava, ispiti i kolokviji teorijskih predmeta
- Tjedna organizacija sadržaja
 - Ishodi učenja
 - Obveze studenta
 - Predavanje, dodatni materijali
 - Evidencija/provjera (kratak Test, Kviz, Predaja zadaće, diskusija u MSTeams)

„Odgovara mi ovaj način nastave, ne bih ništa mijenjala. Super je što predavanje možemo pogledati kad stignemo i imamo ga spremljenog na Merlinu tako da ga možemo pogledati i više puta.”

„Trud profesora je nevjerojatan i informacije su dostupne, no ovakav način studiranja mi se ne sviđa nimalo i imam osjećaj da dobivamo polovično znanje koje bi u normalnim okolnostima dobivali u cijelosti.”

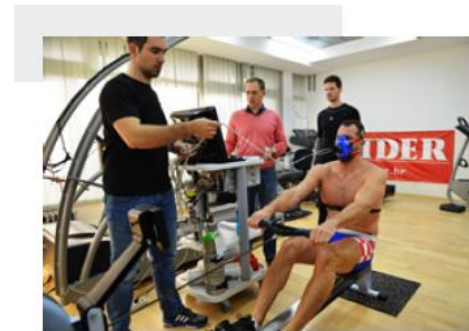


Zaključak

U kontaktnim uvjetima djelomično je održana praktična nastava i omogućeno organizirano vježbanje studenata i stjecanje praktičnih ishoda učenja

- Postizanje praktičnih znanja i vještina u kineziologiji zahtjeva specijalizirano okruženje za poučavanje kao i vođeni nastavni proces (trening) od strane nastavnika ili trenera
- Korištenje *online* poučavanja je dobrodošla nadopuna standardnim oblicima poučavanja u području kineziologije

„Stručna praksa u realnim uvjetima provođenja procesa nastave tjelesne i zdravstvene kulture, treninga, rekreativnog vježbanja nezamjenjiv je dio školovanja. Takav oblik praktičnog rada studenata nema alternativu u on-line okruženju”





Kineziološki fakultet
Sveučilište u Zagrebu

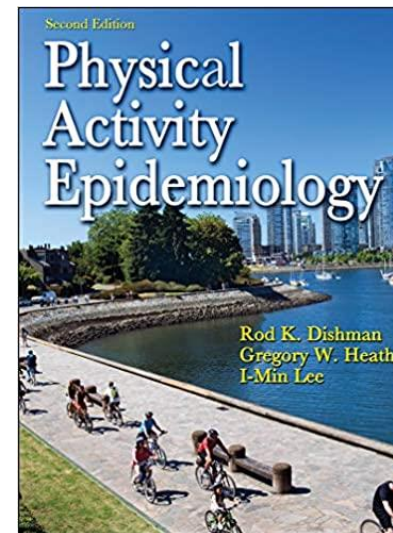
e-kolegij: Tjelesna aktivnost i zdravlje

doc. dr. sc. Danijel Jurakić



Tjelesna aktivnost i zdravlje

- 7. semestar Integriranog preddiplomskog i diplomskog sveučilišnog studija kineziologije
- 30 sati predavanja + 30 sati vježbi



Tjelesna aktivnost i zdravlje

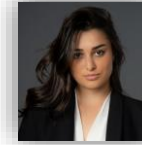
Nastavnici:



doc. dr. sc. Maroje Sorić

doc. dr. sc. Danijel Jurakić

Suradnici:



Petra Jurić, mag. cin.



Josip Karuc, mag. cin.



Antonio Martinko, mag. cin.



Tena Matolić, mag. cin.



Sadržaj kolegija

1) Povijest i metode

- Terminologija, povijesni pregled istraživanja područja tjelesne aktivnosti i zdravlja
- Metode istraživanja u epidemiologiji tjelesne aktivnosti
- Energetski utrošci i njihovo mjerenje pri različitim tjelesnim aktivnostima/vježbanju.

2) Tjelesna aktivnost i kronične bolesti

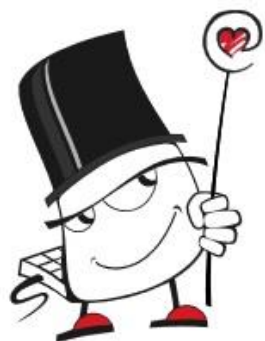
- Tjelesna aktivnost, fitnes i koronarna bolest srca
- Tjelesna aktivnost, fitnes i ostale kardiovaskularne bolesti
- Tjelesna aktivnost, fitnes i pretilost
- Tjelesna aktivnost, fitnes i poremećaji metabolizma glukoze
- Tjelesna aktivnost, fitnes i maligne bolesti
- Tjelesna aktivnost, fitnes i zdravlje kostiju
- Tjelesna aktivnost i mentalno zdravlje

3) Promocija tjelesne aktivnosti

- Informacijski pristup promociji tjelesne aktivnosti
- Bihevioralni i društveni pristup promociji tjelesne aktivnosti
- Okolišni i politički pristup promociji tjelesne aktivnosti



e-kolegij: Tjelesna aktivnost i zdravlje



Merlin
sustav za e-učenje



Kineziološki fakultet
Sveučilište u Zagrebu

e-kolegij: Tjelesna aktivnost i zdravlje



Tjelesna aktivnost i zdravlje

Puni zaslom

Omogući izmjene



Moja naslovnica

Moji e-kolegiji

Sveučilište u Zagrebu

Kineziološki fakultet

Kineziologija

Integrirani preddiplomski i...

7. semestar

Tjelesna aktivnost i zdravlje

KALENDAR

◀ Prosinac 2020. ▶

Pon	Uto	Sri	Čet	Pet	Sub	Ned
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

- Skrij globalne događaje
- Skrij događaje kategorije
- Skrij događaje e-kolegija
- Skrij grupne događaje
- Skrij korisničke događaje
- Skrij ostalo

NOVE OBAVIJESTI

Dodaj novu temu...

3. Pro. 15:49

Važne obavijesti



? Odabir termina vježbi!

Organizacija nastave

Raspored održavanja vježbi po tjednima (kontaktno/online)

Autorska prava

1. tjedan - Predavanje: Uvod, organizacija kolegija i nastave



Tjelesna aktivnost i zdravlje

Puni zaslon

- Moja naslovnica
- Moji e-kolegiji
- Sveučilište u Zagrebu
- Kineziološki fakultet
- Kineziologija
- Integrirani preddiplomski i...
- 7. semestar
- Tjelesna aktivnost i zdravlje

Važne obavijesti

Odabir termina vježbi!

ADMINISTRACIJA

- Administracija odabira
 - Uredi postavke
 - Lokalno dodijeljene uloge
 - Ovlasti
 - Provjera ovlasti
 - Filtiri
 - Zapisi
 - Sigurnosna kopija
 - Restore e-kolegija
 - Prikaži odabire, trenutačno: 194
- Administracija e-kolegija

Odabir termina vježbi!

Prikaži odabire, trenutačno: 194

S obzirom da studentska referada nije i neće napraviti raspored grupa za predmet *Tjelesna aktivnost i zdravlje*, molimo vas da odaberete termin u kojem želite pohađati vježbe. Svaki termin je ograničen na 15 mjesta radi održavanja epidemioloških mjesta. Svakako obratite pažnju da vam se odabrani termin ne preklapa s nastavom na drugim predmetima jer naknadna promjena termina neće biti moguća.

Ova aktivnost je zatvorena od Četvrtak, 15. Listopad 2020., 23:59

Odabiri

Postavke odabira	Još nisu odabrali	Ponedjeljak - 11:30-13:00	Ponedjeljak - 13:15-14:45	Ponedjeljak - 15:00-16:30	Utorak - 11:30-13:00	Utorak - 13:15-14:45	Utorak - 15:00-16:30	Srijeda - 11:30-13:00	Srijeda - 13:15-14:45	Srijeda - 15:00-16:30	Četvrtak - 13:15-14:45	Četvrtak - 15:00-16:30	Petak - 13:15-14:45	Petak - 15:00-16:30
Broj odgovora	11	15	15	15	15	15	15	16	16	15	15	15	15	12
Korisnik	<input type="checkbox"/> Valentina Cafolla <input type="checkbox"/> Lovro Galić <input type="checkbox"/> Danijel Jurakić <input type="checkbox"/> Petra Jurić <input type="checkbox"/> Josip	<input type="checkbox"/> Ivor Benko <input type="checkbox"/> Luka Mateša <input type="checkbox"/> Mihael Giroto <input type="checkbox"/> Rafael Dubrović <input type="checkbox"/> Marin Radaš <input type="checkbox"/> Ivan Matic <input type="checkbox"/> Ivan	<input type="checkbox"/> Mihaela Senjan <input type="checkbox"/> Karla Starčević <input type="checkbox"/> Chiara-Ignacija Rimac <input type="checkbox"/> Lucija Stipanić <input type="checkbox"/> Anja Topolovec <input type="checkbox"/> Matea Tomičić	<input type="checkbox"/> Linda Malnar <input type="checkbox"/> Mihovil Bajan <input type="checkbox"/> Franko Basler <input type="checkbox"/> Tomislav Barišić <input type="checkbox"/> Luka Bikić <input type="checkbox"/> Anđelko Čuljak	<input type="checkbox"/> Antonia Jelić <input type="checkbox"/> Ivona Lušić <input type="checkbox"/> Ena Martinović <input type="checkbox"/> Lana Plavić <input type="checkbox"/> Nenad Mandić <input type="checkbox"/> Karlo Grabić <input type="checkbox"/> Kristina	<input type="checkbox"/> Jan Misir <input type="checkbox"/> Petra Hiržin <input type="checkbox"/> Tena Čopor <input type="checkbox"/> Adrijana Tkalić <input type="checkbox"/> Iva Galetić <input type="checkbox"/> Diana Glavaš <input type="checkbox"/> Iva Goreta <input type="checkbox"/> Lea Malobabić	<input type="checkbox"/> Emil Stulec <input type="checkbox"/> Erik Sepić <input type="checkbox"/> Hrvoje Šešerin <input type="checkbox"/> Sara Sanjlug <input type="checkbox"/> Petar Sabolčec <input type="checkbox"/> Tea Merčep <input type="checkbox"/> Ivan Jović <input type="checkbox"/> Lea Malobabić	<input type="checkbox"/> Hrvoje Hribernik <input type="checkbox"/> Ela Šimunčić <input type="checkbox"/> Sara Sanjlug <input type="checkbox"/> Fran Đuranac <input type="checkbox"/> Petar Batinić <input type="checkbox"/> Renata Puhac <input type="checkbox"/> Dean	<input type="checkbox"/> Jan Bajan <input type="checkbox"/> Ivan Slekovac <input type="checkbox"/> Matteo Marđetko <input type="checkbox"/> Filip Jurković <input type="checkbox"/> Tony Turkalj <input type="checkbox"/> Filip Lekić <input type="checkbox"/> Josip Stojanović	<input type="checkbox"/> Jurica Kurtanjek <input type="checkbox"/> Marko Stipanović <input type="checkbox"/> Matej Tretinjak <input type="checkbox"/> Filip Krizmanić <input type="checkbox"/> Matej Rapić <input type="checkbox"/> Josip Stojanović	<input type="checkbox"/> Katarina Ivšac <input type="checkbox"/> Albert Stambuk <input type="checkbox"/> Maja Horvat <input type="checkbox"/> Sebastian Pavičić <input type="checkbox"/> Pavao Šoštarčić <input type="checkbox"/> Luka Krizel <input type="checkbox"/> Matko Krpina <input type="checkbox"/> Doroteja	<input type="checkbox"/> Filip Vuković <input type="checkbox"/> Marko Vukić <input type="checkbox"/> Filip Rožić <input type="checkbox"/> Sebastian Pavičić <input type="checkbox"/> Pavao Šoštarčić <input type="checkbox"/> Toni Vuleta <input type="checkbox"/> Luka Kelava <input type="checkbox"/> Lovro	<input type="checkbox"/> Luka Petreković <input type="checkbox"/> Marko Mijolović <input type="checkbox"/> Valentina Barišić <input type="checkbox"/> Dario Jurić <input type="checkbox"/> Vedran Hranic <input type="checkbox"/> Luka Kelava <input type="checkbox"/> Ivan Jurčić <input type="checkbox"/> Blaž Capek	<input type="checkbox"/> Ivan Lešić <input type="checkbox"/> Juraj Dobranić <input type="checkbox"/> Tvrdko Tomašek <input type="checkbox"/> Juraj Matleković <input type="checkbox"/> Dario Guštin <input type="checkbox"/> Ivan Jurčić <input type="checkbox"/> Blaž Capek

Tjelesna aktivnost i zdravlje

Puni zaslom

Omogući izmjene



Moja naslovnica

Moji e-kolegiji

Sveučilište u Zagrebu

Kineziološki fakultet

Kineziologija

Integrirani preddiplomski i...













7. semestar

Tjelesna aktivnost i zdravlje

KALENDAR

◀ Prosinac 2020. ▶

Pon	Uto	Sri	Čet	Pet	Sub	Ned
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

-   Skrij globalne događaje
-   Skrij događaje kategorije
-   Skrij događaje e-kolegija
-   Skrij grupne događaje
-   Skrij korisničke događaje
-   Skrij ostalo





NOVE OBAVIJESTI

Dodaj novu temu...

3. Pro. 15:49

Važne obavijesti



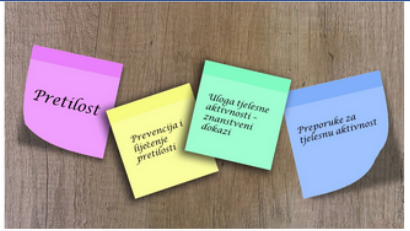
-  Odabir termina vježbi!
-  Organizacija nastave
-  Raspored održavanja vježbi po tjednima (kontaktno/online)
-  Autorska prava

1. tjedan - Predavanje: Uvod, organizacija kolegija i nastave



8. tjedan - Predavanje: Tjelesna aktivnost i pretilost

Naslov



Sadržaj

Nastavna jedinica obuhvaća: metode utvrđivanja pretilosti u epidemiološkim istraživanjima, metode liječenja pretilosti, uloga tjelesne aktivnosti u prevenciji pretilosti (snaga znanstvenih dokaza), aktualne preporuke za tjelesnu aktivnost koja se provodi s ciljem redukcije tjelesne mase.

- Nakon ovog tjedna studenti će moći:
- definirati pretilosti i opisati javnozdravstvene aspekte pretilosti
 - usporediti metode za liječenje pretilosti
 - objasniti ulogu tjelesne aktivnosti u prevenciji i liječenju pretilosti
 - preporučiti odgovarajuću tjelesnu aktivnost za redukciju tjelesne mase

Ishodi učenja

Za savladavanje nastavne jedinice potrebno je pogledati videozapise predavanja i odgovoriti na pitanja u testu za evidenciju.

Obaveze

- [Videozapis - Predavanje 8: Tjelesna aktivnost i pretilost - 1. dio](#)
- [Videozapis - Predavanje 8: Tjelesna aktivnost i pretilost - 2. dio](#)
- [Prezentacija - Predavanje 8: Tjelesna aktivnost i pretilost](#)
- [Zadatak 8P za evidenciju](#)

Videozapisi

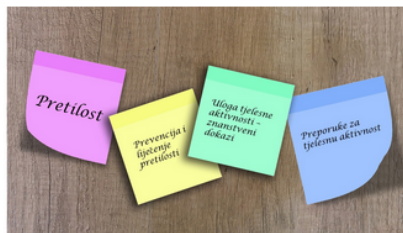
Prezentacija

Zadatak

- [Za one koji žele znati više - članak Levine i sur., 1999](#)
- [Za one koji žele znati više - Paradoks pretilosti: objašnjenje \(McAuley i Blair, 2011\)](#)
- [Europske smjernice za liječenje pretilosti](#)

Dodatni materijali

8. tjedan - Predavanje: Tjelesna aktivnost i pretilost



Nastavna jedinica obuhvaća: metode utvrđivanja pretilosti u epidemiološkim istraživanjima, metode liječenja pretilosti, uloga tjelesne aktivnosti u prevenciji pretilosti (snaga znanstvenih dokaza), aktualne preporuke za tjelesnu aktivnost koja se provodi s ciljem redukcije tjelesne mase.

Nakon ovog tjedna studenti će moći:

- definirati pretilosti i opisati javnozdravstvene aspekte pretilosti
- usporediti metode za liječenje pretilosti
- objasniti ulogu tjelesne aktivnosti u prevenciji i liječenju pretilosti
- preporučiti odgovarajuću tjelesnu aktivnost za redukciju tjelesne mase

Za savladavanje nastavne jedinice potrebno je pogledati videozapise predavanja i odgovoriti na pitanja u testu za evidenciju.

[Videozapis - Predavanje 8: Tjelesna aktivnost i pretilost - 1. dio](#)

[Videozapis - Predavanje 8: Tjelesna aktivnost i pretilost - 2. dio](#)

[Prezentacija - Predavanje 8: Tjelesna aktivnost i pretilost](#)

[Zadatak 8P za evidenciju](#)

[Za one koji žele znati više - članak Levine i sur., 1999](#)

[Za one koji žele znati više - Paradoks pretilosti: objašnjenje \(McAuley i Blair, 2011\)](#)

[Europske smjernice za liječenje pretilosti](#)



Kineziološki fakultet
Sveučilište u Zagrebu

Tjelesna aktivnost i pretilost

doc. dr. sc. Danijel Jurakić

doc. dr. sc. Maroje Sorić

Tjelesna aktivnost i zdravlje – 8. tjedan



Indeks tjelesne mase (odrasli)

Stupanj uhranjenosti	ITM (kg/m ²)
Pothranjenost	<18,5
Normalna uhranjenost	18,5 – 24,9
Prekomjerna tjelesna masa	25,0 – 29,9
Pretilost stupnja 1	30,0 – 34,9
Pretilost stupnja 2	35,00 – 39,9
Pretilost stupnja 3	≥40,0



8. tjedan - Predavanje: Tjelesna aktivnost i pretilost



Nastavna jedinica obuhvaća: metode utvrđivanja pretilosti u epidemiološkim istraživanjima, metode liječenja pretilosti, uloga tjelesne aktivnosti u prevenciji pretilosti (snaga znanstvenih dokaza), aktualne preporuke za tjelesnu aktivnost koja se provodi s ciljem redukcije tjelesne mase.

Nakon ovog tjedna studenti će moći:

- definirati pretilosti i opisati javnozdravstvene aspekte pretilosti
- usporediti metode za liječenje pretilosti
- objasniti ulogu tjelesne aktivnosti u prevenciji i liječenju pretilosti
- preporučiti odgovarajuću tjelesnu aktivnost za redukciju tjelesne mase

Za savladavanje nastavne jedinice potrebno je pogledati videozapise predavanja i odgovoriti na pitanja u testu za evidenciju.

[Videozapis - Predavanje 8: Tjelesna aktivnost i pretilost - 1. dio](#)

[Videozapis - Predavanje 8: Tjelesna aktivnost i pretilost - 2. dio](#)

[Prezentacija - Predavanje 8: Tjelesna aktivnost i pretilost](#)

[Zadatak 8P za evidenciju](#)

[Za one koji žele znati više - članak Levine i sur., 1999](#)

[Za one koji žele znati više - Paradoks pretilosti: objašnjenje \(McAuley i Blair, 2011\)](#)

[Europske smjernice za liječenje pretilosti](#)



Započni novi pregled

ADMINISTRACIJA

- Administracija testa
 - Uredi postavke
 - Izmjena pravila za grupu
 - Izmjena pravila za korisnika
 - Uredi test
 - Pregled**
- Rezultati
 - Lokalno dodijeljene uloge
 - Ovlasti
 - Provjera ovlasti
 - Filtri
 - Zapisi
 - Sigurnosna kopija
 - Restore e-kolegija
- Baza pitanja
- Administracija e-kolegija

Pitanje 1

Nije još odgovoreno

Broj bodova od 1,0

Označi pitanje

Uredi pitanje

Koja se mjera pretilosti najčešće koristi u epidemiološkim istraživanjima.

Odgovor:

Pitanje 2

Nije još odgovoreno

Broj bodova od 1,0

Označi pitanje

Uredi pitanje

Svakoj od metoda liječenja pretilosti pridružite odgovarajuću nadređenu kategoriju.

Vježbanje

Ovdje prenesite odgovor

Redukcijska dijetoterapija

Ovdje prenesite odgovor

Lijekovi

Ovdje prenesite odgovor

Bihevioralna terapija

Ovdje prenesite odgovor

Endoskopske metode

Ovdje prenesite odgovor

Kirurški zahvati

Ovdje prenesite odgovor

Nemedicinske metode

Medicinske metode

Sljedeća stranica



Ateroskleroza_TAZ

STUDY

Flashcards

Learn

Write

Spell

Test

PLAY

Match

Gravity

Rizični čimbenici za nastanak ateroskleroze

Click card to see definition

4/20



Created by antonio_martinko8

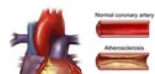


Tjelesna aktivnost i zdravlje (123703/IK-7TAZ)

Terms in this set (20)

Ateroskleroza

Kronični progredirajući, upalno fibroproliferativni proces koji



★ 🔊



Ateroskleroza_TAZ

STUDY

Flashcards

Learn

Write

Spell

Test

PLAY

Match

Gravity

- hiperlipidemija
- hipertenzija
 - pušenje
 - dijabetes
 - nasljeđe
 - dob
- (muški) spol
- menopauza
- stres

• sjedilački način života, TJELESNA NEAKTIVNOST

Click again to see term

4/20

Created by antonio_martinko8

Tjelesna aktivnost i zdravlje (123703/IK-7TAZ)

Terms in this set (20)

Ateroskleroza

Kronični progredirajući, upalno fibroproliferativni proces koji



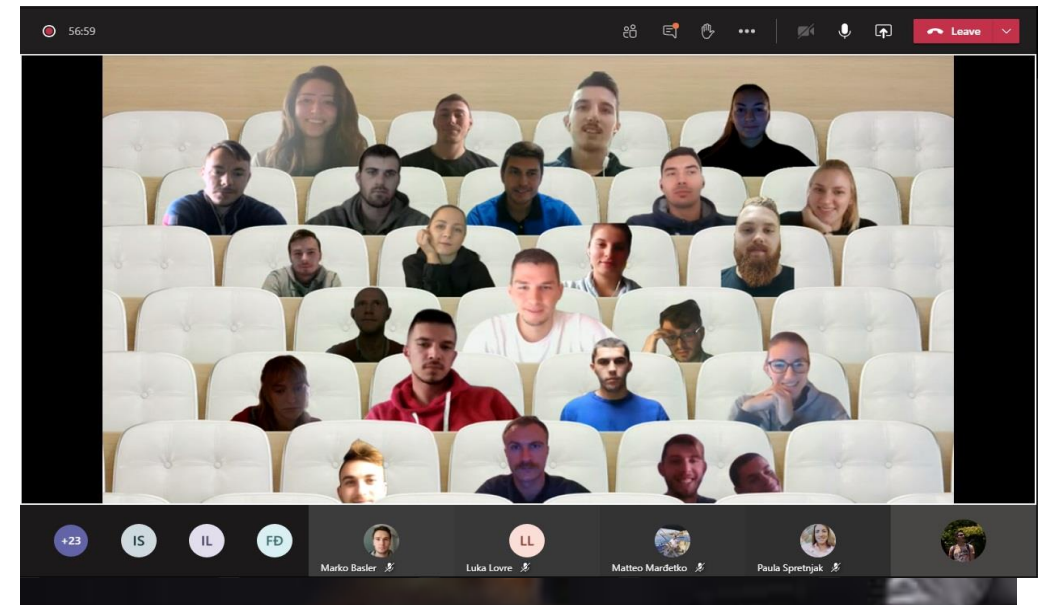
Normal coronary artery

Atherosclerosis

Vježbe

Kontaktno + Merlin

Online u realnom vremenu putem MS Teams + Merlin



- Danijel Jurakić
- Ivan Frleta
- Iva Deranja
- Dino Blažević
- Mihovil Bajan
- Maja Horvat
- Ivan Jurčić
- Jan Bajan
- Matea Tomičić
- Kristina Prkačin
- Fran Đuranac
- Ivica Arbanas
- Maroje Sorić
- Andrea Miočić

2. tjedan - vježbe: Projektni zadatak



Projektni zadatak pripada području promocije tjelesne aktivnosti i vezan je za Instagram kapanju "VJEŽBANJE U DOBA CORONE". Kako biste razumjeli što točno trebate napraviti, najbolje je da slijedite ove korake:

1. Pogledajte Videozapis V2 - upute za projektni zadatak
2. Među kolegama koji slušaju TAZ formirajte grupu tj. projektni tim od najviše 5 studenata
3. Odaberite administratora projektnog tima
4. Odaberite jedan od ponuđenih projektnih timova na Merlinu i pojedinačno se [prijavite u taj tim](#) (rok: 25. 10. 2020.)
5. Riješite test u okviru ove teme na Merlinu

Videozapis Vježbe 2: Upute za projektni zadatak

Prezentacija Vježbe 2: Upute za projektni zadatak

Upis članova u projektni tim

Upute za administratore projektnih timova

Raspored objavljivanja postova po projektnim timovima - kalendar

Linkovi na objave po pojedinim kategorijama (za inspiraciju)

Test 2V za evidenciju dolazaka



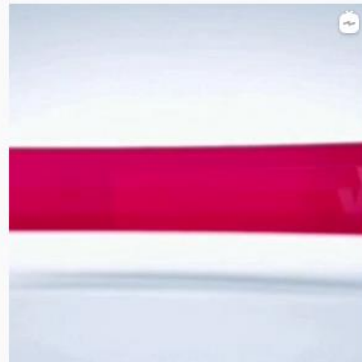
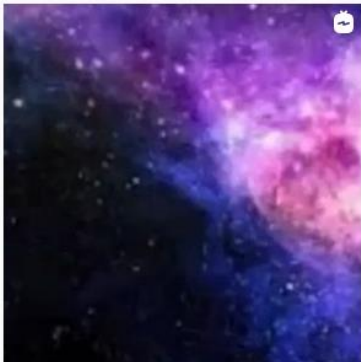
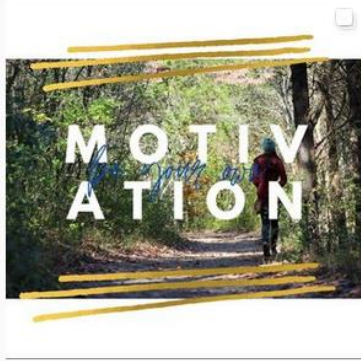
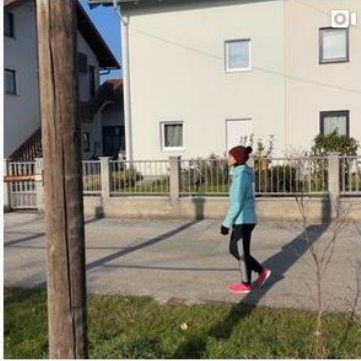
fit_happens Edit Profile

107 posts 626 followers 593 following

Studenti KIF Zg
Stručni savjeti za tjelovježbu
Ideje za trening
Potkrijepljene činjenice o utjecaju tjelesne aktivnosti na zdravlje

POSTS REELS IGTV SAVED TAGGED






Literatura za ispit i ispitna pitanja



Ovdje možete pronaći popis literature raspoređen po nastavnim cjelinama uz materijale koji su nedostupni ili teže dostupni u knjižnici.

 [Popis ispitne literature po nastavnim jedinicama](#)

 [Pitanja za usmeni ispit](#)

 [Epidemiološke mjere i nacrti istraživanja u epidemiologiji](#)

 [Tjelesna aktivnost i pretilost](#)

 [Odabrana poglavlja i stranice iz Guytona](#)

 [Promocija tjelesne aktivnosti](#)

Anketa

Skriveno od studenata

 [Glasanje za naziv kampanje - 2. krug](#)

 [Glasanje za naziv kampanje](#)

Nastavni materijali

Popis ispitne literature po nastavnim jedinicama

KOLOKVIJ 1

Uvod, terminologija i povijesni pregled

1. Presentacija s predavanja
2. Knjiga **Tjelesno vježbanje i zdravlje**, Mišigoj Duraković, M. (2018) Tjelesno vježbanje i zdravlje. Zagreb: Znanje.
 - a. Povezanost tjelesnog vježbanja i zdravlja, str. 2-5
 - b. Razlikovanje uvodnih pojmova povezanih s tjelesnom aktivnošću i vježbanjem, str. 6-8
 - c. Fitnes i zdravlje, str. 9-16
 - d. Intenzitet vježbanja, 478-482

Epidemiološke mjere i nacrti istraživanja

1. Presentacija s predavanja
2. ¹Knjiga Epidemiologija (Kolčić, I., Vorko-Jović, A. (2012) Epidemiologija. Medicinska naklada, Zagreb.)
 - a. Definicija epidemiologije – str. 11-13
 - b. Epidemiološke mjere – str. 14-26
 - c. Presječno istraživanje – str. 55-62
 - d. Istraživanje slučajeva i kontrola – 65, 70-73
 - e. Kohortno istraživanje – 79-85, 90-91
 - f. Randomizirani kontrolirani pokus 98-100
 - g. Uzročna povezanost – str. 130-133
 - h. Zabuna – str. 153-156

Literatura za ispit i ispitna pitanja



Ovdje možete pronaći popis literature raspoređen po nastavnim cjelinama uz materijale koji su nedostupni ili teže dostupni u knjižnici.

Popis ispitne literature po nastavnim jedinicama

Pitanja za usmeni ispit

Epidemiološke mjere i načrti istraživanja u epidemiologiji

Tjelesna aktivnost i pretilost

Odabrana poglavlja i stranice iz Guytona

Promocija tjelesne aktivnosti

Anketa

Skriveno od studenata

Glasanje za naziv kampanje - 2. krug

Glasanje za naziv kampanje

Nastavni materijali

Pitanja za usmeni ispit

Zelenom bojom su označena eliminacijska pitanja

Uvod, terminologija i povijest istraživanja tjelesne aktivnosti i zdravlja

1. Definišajte tjelesnu aktivnost, vježbanje i zdravstveni fitness.
2. Definišajte zdravstveni fitness i nabrojite njegove sastavnice. Objasnite morfološku sastavnicu zdravstvenog fitnessa.
3. Definišajte zdravstveni fitness i nabrojite njegove sastavnice. Objasnite mišićnu sastavnicu zdravstvenog fitnessa.
4. Definišajte zdravstveni fitness i nabrojite njegove sastavnice. Objasnite motoričku sastavnicu zdravstvenog fitnessa.
5. Definišajte zdravstveni fitness i nabrojite njegove sastavnice. Objasnite srčano-dišnu sastavnicu zdravstvenog fitnessa.
6. Definišajte zdravstveni fitness i nabrojite njegove sastavnice. Objasnite metaboličku sastavnicu zdravstvenog fitnessa.
7. Objasnite povezanost tjelesne aktivnosti, zdravstvenog fitnessa i zdravlja.
8. Koga nazivamo „ocem epidemiologije tjelesne aktivnosti“ i zašto? Navedite naziv istraživanja, hipoteze i najvažnije zaključke.
9. Tko je bio dr. Ralph Paffenbarger? Navedite naziv, temu i zaključke najznačajnijeg istraživanja.
10. Tko je dr. Steven Blair? Navedite naziv, temu i zaključke najznačajnijeg istraživanja.

Metode istraživanja u epidemiologiji tjelesne aktivnosti

1. Definišajte epidemiologiju i epidemiologiju tjelesne aktivnosti.
2. Objasnite mjere učestalosti pobola (morbiditeta) u epidemiologiji + zadatak izračunavanje I-e i P-e.
3. Objasnite mjere učestalosti pomora (mortaliteta) u epidemiologiji.
4. Objasnite mjere povezanosti u epidemiologiji + zadatak izračunavanje RR-a.
5. Objasnite mjere mogućeg učinka u epidemiologiji.
6. Objasnite nacrt presječnog istraživanja i navedite primjer.
7. Objasnite nacrt istraživanja slučajeva i kontrola i navedite primjer.

Kontinuirano praćenje

- 2 pisana kolokvija
- +
- Bodovi iz projektnog zadatka
- +
- Dodatni bodovi iz nastavnih aktivnosti
- +
- „Mali” usmeni ispit



10. tjedan - Vježbe: 1. kolokvij



Opis kolokvija:

- Kolokvij se sastoji od 30 pitanja.
- Vrijeme rješavanja: 40 minuta
- Svako pitanje pojavljuje se na zasebnoj stranici. **Važno:** nije moguće vraćanje na prethodna pitanja

Vrste pitanja su:

- **Računski zadaci:** (odgovor je isključivo broj, bez mjernih jedinica – one su naznačene u pitanju. Decimalni separator je zarez, dakle npr. 100,5)
- **Višestruki odgovor:** zaokružujete jedan ili više odgovora od 5 ponuđenih. Pitanja se boduju na način da svaki točan odgovor donosi određeni udio od 1 boda, ovisno o broju bodova. (npr. 0,5 bodova ako su 2 točna odgovora, a 0,25 ako ih je 4 točno). S druge strane, svaki netočan odgovor automatski donosi 0 bodova za cijelo pitanje. Dakle, važno je ne zaokružiti netočan odgovor!
- **Uparivanje:** upari tvrdnje s odgovorima
- **Nadopunjavanje:** upišite riječ koja nedostaje



Kolokvij 1

Obuhvaća sljedeće gradivo: Uvod, terminologija i definicije, Epidemiološke mjere i nacrti istraživanja, Mjerenje tjelesne aktivnosti, Tjelesna aktivnost i kardiovaskularne bolesti, [Tjelesna aktivnost i pretilost](#), Tjelesna aktivnost i poremećaji metabolizma glukoze



Analiza strukture testa

Spremi podatke iz ove tablice kao

P#	Naziv pitanja	Broj pokušaja	Indeks složenosti pitanja	Standardna devijacija	Rezultat dobiven pogađanjem odgovora	Željena težina	Efektivna (ostvarena) težina	Razlikovni indeks	Razlikovni koeficijent
1	Energetski utrošak u kcal	96	79,17%	40,82%	0,00%	3,3%	4,05%	42,17%	56,93%
Range of statistics for these questions		1 - 4	0,00% - 100,00%	0,00% - 70,71%		3,3% - 3,3%		-28,80% - 100,00%	-29,59% - 100,00%
2	Koliko minuta po tjednu	96	76,04%	42,91%	0,00%	3,3%	4,37%	47,72%	62,02%
Range of statistics for these questions		6 - 16	44,44% - 100,00%	0,00% - 53,45%		3,3% - 3,3%		0,00% - 79,07%	0,00% - 100,00%
3	Pretilost-izračun	96	88,54%	32,02%	0,00%	3,3%	3,58%	43,84%	70,60%
Range of statistics for these questions		1 - 6	0,00% - 100,00%	0,00% - 70,71%		3,3% - 3,3%		0,00% - 100,00%	0,00% - 100,00%
4	Prevalencija - izračun	96	87,50%	33,25%	0,00%	3,3%	3,14%	30,00%	46,56%
Range of statistics for these questions		1 - 5	0,00% - 100,00%	0,00% - 70,71%		3,3% - 3,3%		-100,00% - 100,00%	-100,00% - 100,00%
5	incidencija - izračun	96	89,58%	30,71%	0,00%	3,3%	3,17%	34,36%	56,45%
6	Relativni rizik-izračun	96	58,33%	49,56%	0,00%	3,3%	3,77%	25,07%	29,86%
Range of statistics for these questions		1 - 9	0,00% - 100,00%	0,00% - 70,71%		3,3% - 3,3%		-100,00% - 100,00%	-100,00% - 100,00%
7	Utrošak energije u METsat/tjedan	96	60,42%	49,16%	0,00%	3,3%	5,22%	61,90%	73,72%
Range of statistics for these questions		1 - 5	0,00% - 100,00%	0,00% - 70,71%		3,3% - 3,3%		0,00% - 100,00%	0,00% - 100,00%

Pisani kolokvij – Merlin + MS teams

The screenshot displays a Microsoft Teams meeting interface on the left and a Moodle page on the right. The Teams window shows a grid of 16 participants, including Toni Barbilić, Ivo Čikeš, Jan Bajan, Maroje Sorić, Daniel Hvizdak, Luka Bikić, Franko Basler, Ivica Arbanas, Tonko Čičin-Sain, Mihovil Bajan, Tomislav Barišić, Domagoj Tomaško, Anđelko Čuljak, Karlo Burazović, and Toni Šimić. The Moodle page lists the following students:

<input type="checkbox"/>	Franko Basler Pregledaj pokušaj	franko.basler@kif.hr	0034080972	u tijeku
<input type="checkbox"/>	Ivica Arbanas Pregledaj pokušaj	ivica.arbanas@kif.hr	0034082774	u tijeku
<input type="checkbox"/>	Jan Bajan Pregledaj pokušaj	jan.bajan@kif.hr	0034076775	u tijeku
<input type="checkbox"/>	Daniel Hvizdak Pregledaj pokušaj	daniel.hvizdak@kif.hr	0034064473	u tijeku
<input type="checkbox"/>	Luka Bikić Pregledaj pokušaj	luka.bikic@kif.hr	0034082519	u tijeku
<input type="checkbox"/>	Anđelko Čuljak Pregledaj pokušaj	andelko.culjak@kif.hr	0034080722	u tijeku
<input type="checkbox"/>	Toni Šimić Pregledaj pokušaj	toni.simic@kif.hr	0034081046	u tijeku





All teams



TAZ – ispitni rok 13.5.2020.

General

- Pisani ispit-13.5. u 15.00
- Usmeni ispit-13.5. u 10.00
- Usmeni ispit-13.5. u 10.25
- Usmeni ispit-13.5. u 10.50
- Usmeni ispit-13.5. u 11.15
- Usmeni ispit-13.5. u 11.40
- Usmeni ispit-13.5. u 15.30



General

Posts Files Class Notebook Assignments Grades +

Team Meet

Welcome to TAZ – ispitni rok 13.5.2020.

Choose where you want to start



Upload Class Materials



Set up Class Notebook



Danijel Jurakić 4/27 10:02 AM
 Pozdrav svima, ovdje će se odvijati sva komunikacija vezana za ispitni rok u svibnju. Budite slobodni postaviti sva pitanja i nedoumice oko ispitnog roka. Trenutno još čekamo detaljnije upute za izvođenje ispita, pa ćemo ih oobjaviti čim budu dostupne...

3 replies from you and lan

Reply

May 11, 2020



Marko Bošnjir 5/11 11:42 AM 👍 1
 Poštovani profesore,
 Za pismeni ispit isto kao i svaki puta ulogiramo se na merlin s one godine kada smo slušali predmet? I ako nam možete reći u koliko će biti ispit.
 Unaprijed se zahvaljujem na odgovoru.

See more



Danijel Jurakić 5/11 11:47 AM
 Baš tako, pisani će biti u Merlinu, a raspored će biti uskoro objavljen ovdje u Teamsu

Reply

New conversation

Prostor za napredak

- Videozapisi s predavanjima – kraći video (animirani) materijali
- Dodatni sadržaj – engleski jezik

The screenshot shows the Europe PMC (PubMed Central) website interface. At the top, there is a search bar with the text "Search worldwide, life-sciences literature". Below the search bar, the article title "European Guidelines for Obesity Management in Adults" is prominently displayed. The authors listed are Yumuk V, Tsigos C, Fried M, Schindler K, Busetto L, Micic D, and Toplak H. The article is from "Obesity Facts" (2015), with a DOI of 10.1159/000442721. The page includes options for "Annotations (336)", "Get citation", "Open PDF", and "Claim to ORCID". A notice at the bottom states "This article has been corrected. See Obes Facts. 2016;9(1):64."

The screenshot shows a YouTube video player for a video titled "Atherosclerosis - Pathophysiology" by Amanda Hauslunger. The video content is a hand-drawn diagram illustrating the pathophysiology of atherosclerosis. Key components labeled include: CAROTID (WEAKNESS, DYSPLASIA, HEADACHE, FACIAL NUMBNESS, PARALYSIS), ARTERIO-SCLEROSIS (HARDENING OF ARTERIES, NARROWING, DUE TO PLAQUE), CORONARY (VOMITING, ANXIETY, PAIN, COUGHING, FEELING FAINT), PERIPHERAL VASCULAR DISEASE (PARALYSIS, ERECTILE DYSFUNCTION, WEAKENING), RENAL (APPETITE DOWN, HAND/FEET SWELLING, ↑ RENIN → ↑ BP), THROMBOSIS (PLAQUE RUPTURE, BLOOD CUMULATION → THROMBUS → IMPAIRE BLOOD FLOW), and FIBRINOLYSIS (LIPID PLAINET RELEASSED). The diagram also shows a normal artery with a plaque and a ruptured plaque leading to thrombus formation.





Kineziološki fakultet
Sveučilište u Zagrebu