

## NÁPLŇ PREDNÁŠOK A CVIČENÍ

<b>Názov predmetu:</b>	<b>Telovýchovné lekárstvo</b>		
<b>Študijný program:</b>	<i>Fyzioterapia</i>	<b>Obdobie štúdia:</b>	<i>Zimný semester</i>
<b>Hodnotenie predmetu:</b>	<i>klasifikovaný zápočet</i>	<b>Závaznosť</b>	<i>povinný</i>
<b>Rozsah výučby:</b>	<i>1 h prednášky a 1 h cvičenia / týždeň</i>		<i>spolu 28 hodín</i>

Pracovisko: **I. interná klinika UPJŠ LF**

<b>Týždeň</b>	<b>Prednášky</b> <a href="http://portal.lf.upjs.sk">http://portal.lf.upjs.sk</a>	<b>Cvičenia / Semináre</b>
<b>1.</b>	Úvod do telovýchovného lekárstva, organizácia, zabezpečovanie športových podujatí	Základné vyšetrenie športovca, preventívna prehliadka
<b>2.</b>	Fyziologické aspekty pohybovej aktivity, energetický metabolizmus	Antropometria, meranie telesného tuku
<b>3.</b>	Fyziologické aspekty výživy, zloženie stravy športovca	Výživové doplnky, hydratácia
<b>4.</b>	Aeróbnny prah, anaeróbnny prah, laktátová krivka	Ergometria
<b>5.</b>	Doping, dopingová kontrola	Spiroergometria
<b>6.</b>	Športová traumatológia – najčastejšie úrazy, špecifiká športových úrazov, liečba, rehabilitácia, prevencia	Základné testy výkonnosti v teréne

## NÁPLŇ PREDNÁŠOK A CVIČENÍ

---

<b>7.</b>	Rekreačný šport, preskripcia pohybovej aktivity pri civilizačných ochoreniach	Taping, kineziologický taping, praktické ukážky, zhodnotenie vedomostí formou testu
-----------	-------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------