

# Edin Mujić, bachelor tjelesnog odgoja i sporta - Završni magistarski rad

Fakultet/Akademija	FAKULTET ZA TJELESNI ODGOJ I SPORT
Tip Rada	Završni magistarski rad
Kandidat, zvanje	Edin Mujić, bachelor tjelesnog odgoja i sporta
Naziv Teme	Zone fiziološkog opterećenja u odnosu na sastav tijela studentica tokom sata aerobika
Rezime/Abstract	<p>Programiranje fiziološkog opterećenja predstavlja esencijalni dio planskog pristupa trenera i nastavnika u doziranju opterećenja. Samo adekvatno doziran podražaj će izazvati i željenu reakciju organizma, a time i usloviti pravilan razvoj organizma. Međutim, programirana i provedena aktivnost treba biti i valjano kontrolirana, kako bi se dobila povratna informacija o učinkovitosti tako programiranog vježbanja. Povratna informacija može biti dvojaka: može nam dati potvrdnu ispravnost doziranja opterećenja, ili nas, u slučaju neočekivane reakcije organizma, može usmjeriti na korekcije u daljnjem radu. Tehnološki napredak nudi nam niz pomagala za praćenje reakcije organizma izazvane sportsko-rekreativnim aktivnostima. Ovo istraživanje sprovedeno je sa ciljem da se pomoću frekvencije srca, kao instrumenta za praćenje fiziološkog napora, prikaže stvarni intenzitet opterećenja studentica Univerziteta u Tuzli prilikom izvođenja izborne nastave na predmetu aerobik u odnosu na njihov sastav tijela. U tu svrhu je na uzorku od 5 studenata, ženskog spola, starosne dobi 20-21 godine izvršeno praćenje frekvencije srca preko monitora srčane frekvencije Polar Team System-a (Polar Electro Oy, Finland), čija se utilitarnost sve više nalazi u okviru dijagnostike, treninga i rehabilitacije. Dok je sastav tijela studentica mjereno vagom "Bodi Composition Analyser "Tanita" TBF - 300".</p>
Datum	23.04.2015
Predsjednik	Dr.sc. Muris Đug, van.prof. - Uža naučna oblast „Transformacioni procesi“, Fakultet za tjelesni odgoj i sport
Mentor	Dr.sc. Osman Lačić, van.prof. - Uža naučna oblast „Teoretsko-metodičke osnove sporta“, Fakultet za tjelesni odgoj i sport
Član komisije	Dr.sc. Alija Biberović, red.prof. - Uža naučna oblast „Teoretsko-metodičke osnove sporta“, Fakultet za tjelesni odgoj i sport
Član komisije	-
Član komisije	-
Zamjenski član	-
Dodatni detalji i lokacija	Dana 23.04.2015. godine u 15,00 sati u amfiteatru Fakulteta za tjelesni odgoj i sport Univerziteta u Tuzli
Završne Odredbe	Pristup javnosti je slobodan. Rad se može pogledati u Sekretarijatu fakulteta radnim danom od 08 do 14 sati.