

## ЗДРАВСТВЕНО ВАСПИТАЊЕ II део

### Испитна питања – завршни испит

1. Стимуланси - механизам дејства, представници (њихове особине), очекивани и штетни ефекти. Примена у спорту
2. Наркотици: представници (њихове особине), очекивани и штетни ефекти.
3. Канабиноиди: очекивани и штетни ефекти.
4. Тестостерон, физиолошки ефекти, контрола лучења
5. Анаболички стероиди: начин примене, корисници, дозирање, примена у спорту
6. Анаболички стероиди: очекивани и штетни ефекти.
7. Анаболички стероиди: контрола на допинг, могућности нетачних резултата на контроли
8. Анаболички стероиди: апстиненција-манifestације, опоравак
9. Кленбутерол: примена у спорту, ефекти очекивани и штетни
10. Еритропоетин, ефекти физиолошки и штетни, примена у спорту, биолошки пасош
11. Хормон раста, ефекти физиолошки и штетни, примена у спорту
12. Гликокортикоиди (АЦТХ): ефекти у организму, примена у спорту и допингу, дозвољена и недозвољена, штетни ефекти.
13. Маскирни агенси, представници, механизам дејства, примена у спорту, штетни ефекти.
14. Забрањене методе у спорту и трансфузија еритроцита.
15. Хормони хипофизе забрањени у спорту
16. Хумани хорионски гонадотропин, инсулин, основне карактеристике везане за примену у допингу.
17. Недозвољене супстанце у посебним спортовима.
18. Контрола на допинг и санкционисање спортиста
19. ТУЕ – Терапијско изузеће ради лечења спортиста и допинг
20. Суплементација у спорту: креатин, карнитин, натријум-бикарбонат
21. Карактеристике и ефекти кофеина у организму, значај за повећање перформанси
22. Карактеристике и ефекти алкохола у организму.
23. Инфекција, карактеристике и врсте; Вограликов ланац инфекције
24. Бактерије и вируси као изазивачи најчешћих инфективних болести
25. Полно преносиве болести од посебног значаја
26. Контрацепција, врсте и карактеристике
27. Аеројонизација и метеротропизам
28. Ултравioletно зрачење, ефекти у организму
29. Планинска болест
30. Електрмагнетно нејонизујуће зрачење, ефекти у организму
31. Топлотни удар, карактеристике, начин настанка, прва помоћ
32. Хипотермија и промрзLINE, карактеристике, начин настанка, прва помоћ
33. Дезинфекција воде
34. Школска хигијена, основни елементи и нормативи
35. Контраиндикације за наставу физичког васпитања у школи
36. Најчешћа одступања од правилне исхране код деце
37. Ефекти буке на здравље
38. Хигијенски аспекти базена за купање
39. Редукција телесне масе и гојазност
40. Повећање мишићне масе
41. Исхрана пре, током и након тренинга – опоравак
42. Поремећаји понашања у исхрани: анорексија и булимичка

