

PROGRAM OBUKE U EU PROJEKTU „EPIK“

Sažetak:

Projekt EPIK Sport je 24-mjesečni Erasmus+ projekt suradnje i partnerstva čiji je cilj poboljšanje sigurnosti i dobrobiti djece i mladih u sportu razvojem programa obuke za sportske trenere i studente zdravstvenih i sportskih disciplina pod nazivom Obrazovni komplet za prevenciju i intervenciju (EPIK). Program ima za cilj poboljšati njihove vještine i kompetencije u sprječavanju i upravljanju ozljedama, promovirati suradnju i osigurati sigurno i podržavajuće sportsko okruženje. Projekt ima za cilj riješiti prazninu u obrazovanju i osposobljavanju sportskih trenera i sportskog medicinskog osoblja (studenata) u sprječavanju i upravljanju ozljedama.

Poziv za sudionike:

EPIK tečaj o prevenciji ozljeda

Sa zadovoljstvom najavljujemo dvodnevni tečaj o prevenciji ozljeda koji podržava program Erasmus+ EPIK SPORT. Ovaj je tečaj osmišljen kako bi sudionike opremio teorijskim znanjem i praktičnim vještinama u prevenciji i zbrinjavanju ozljeda.

Tražimo 10 trenera i 10 studenata zdravstvenih i sportskih smjerova koji su zainteresirani za učenje kako provoditi programe vježbanja za prevenciju ozljeda za sportaše i koji žele poboljšati svoje razumijevanje zbrinjavanja ozljeda u sportskom kontekstu.

Detalji tečaja:

- **Datumi:** 14. i 15. listopada 2025.
- **Trajanje:** 2 dana, ukupno 14 sati
- **Mjesto održavanja:** Fakultet zdravstvenih studija u Rijeci (FZSRI), V. Cara Emina 5, 51000 Rijeka
- **Cijena:** financirano programom Erasmus+ EPIK SPORT

Financirano sredstvima Europske unije. Izneseni stavovi i mišljenja su stavovi i mišljenja autora i ne moraju se podudarati sa stavovima i mišljenjima Europske unije ili Europske izvršne agencije za obrazovanje i kulturu (EACEA). Ni Europska unija ni EACEA ne mogu se smatrati odgovornima za njih.

Dnevni red:

Svaki dan bit će podijeljen u dva dijela: teorijski dio ujutro i praktični dio poslijepodne.

Postupak prijave:

- **Rok prijave:** 05.10.2025.
- **Način prijave:** hrvoje.vlahovic@uniri.hr
- **Kriteriji odabira:** Prednost će imati kandidati s prethodnim iskustvom u trenerstvu ili sportskoj medicini, ali svi motivirani pojedinci su pozvani da se prijave.

Veselimo se vašem sudjelovanju!

Za više informacija ili bilo kakve upite, obratite se: hrvoje.vlahovic@uniri.hr

1. Dan

	Vrijeme	Teme
Riječi dobrodošlice	09:00- 09:15	Pozdravni govor i pregled dnevnog reda
Uvod u EPIK SPORT – Edukativni, intervencijski i preventivni alat	09:15 – 09:45	- Uvod - Detalji o ciljevima programa
Modul 1 Provedba programa ježbanja za prevenciju ozljeda	09:45 – 10:45	- Osigurati podršku ključnih dionika - Razviti interdisciplinarni tim - Utvrđiti prepreke i rješenja - Osmisliti program specifičan za kontekst 4 koraka za prevenciju ozljeda
Otvorena rasprava	10:45 – 11:30	- Iz trenerske perspektive o ozljedama i prevenciji ozljeda - Poticanje suradnje između trenera i studenata zdravstvenih i sportskih smjerova
Modul 1 Provedba programa vježbanja za prevenciju ozljeda	11:30 -12:30	Uvod u piramidu prevencije ozljeda (regrutiranje sportaša, praćenje opterećenja, razvoj sporta, učinkovitost kretanja, strukturirani programi prevencije ozljeda, procjena ozljeda i rehabilitacija)
<i>Pauza za ručak</i>	12:30 – 13:30	
Modul 1 Praktična sesija	13:30 -15:30	Strukturirani programi prevencije ozljeda (praktična primjena)
Završne riječi, procjena i ocjena 1. dana	15:30 – 16:00	- Otvorena rasprava, dodatna pitanja - Evaluacija sudionika - Evaluacija sudionika 1. dana



2. Dan

	Vrijeme	Teme
Riječi dobrodošlice	09:00- 09:15	Pozdravni govor i pregled dnevnog reda
Modul 1 Provedba programa vježbanja za prevenciju ozljeda	09:15 – 10:45	Piramida prevencije ozljeda 2. dio (Regrutiranje sportaša, praćenje opterećenja, razvoj sporta, učinkovitost kretanja, strukturirani programi prevencije ozljeda, procjena ozljeda i rehabilitacija)
Otvorena rasprava i evaluacija	10:45 – 11:30	- Edukacija trenera i roditelja - Otvorena rasprava, dodatna pitanja - Evaluacija dijela programa „Provedba programa vježbanja za prevenciju ozljeda“
Modul 2 Zbrinjavanje akutnih ozljeda	11:30 -12:30	- Teorijske osnove liječenja akutnih ozljeda “PEACE” i “LOVE”: novi protokol/kratica za ozljede
<i>Pauza za ručak</i>	12:30 – 13:30	
Modul 2 Praktična sesija	13:30 -15:30	- Akutna njega - Uvod u osnovnu reanimaciju i automatizirane vanjske defibrilatore. Razumijevanje osnovne reanimacije (BLS)
Završne napomene, ocjena i evaluacija programa osposobljavanja EPIK-a	15:30 – 16:00	- Sesija pitanja i odgovora među sudionicima - Evaluacija sudionika - Evaluacija EPIK programa obuke od strane sudionika