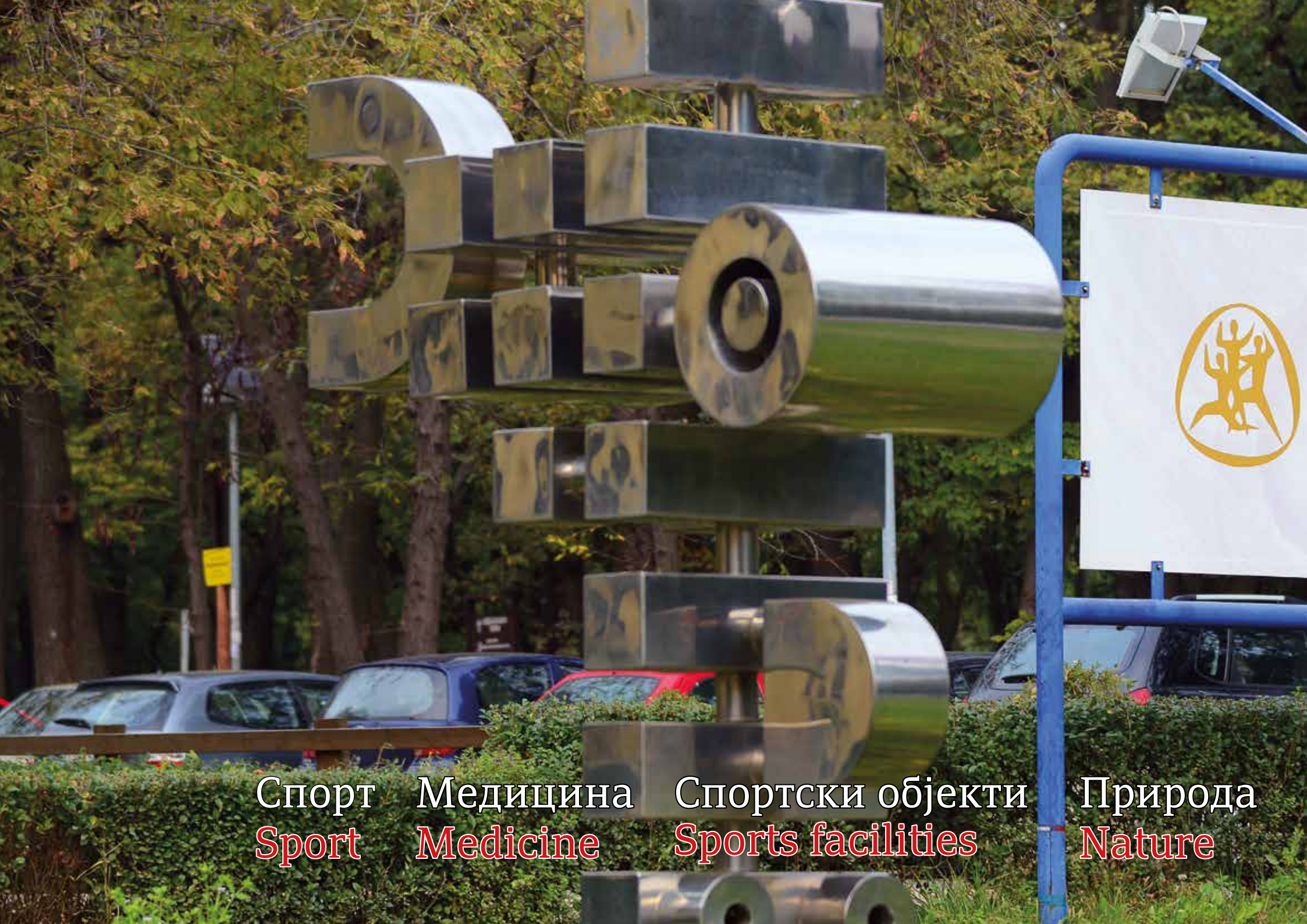




ЗАВОД ЗА СПОРТ И МЕДИЦИНУ СПОРТА РЕПУБЛИКЕ СРБИЈЕ

SERBIAN INSTITUTE OF SPORT AND SPORTS MEDICINE





Спорт
Sport

Медицина
Medicine

Спортски објекти
Sports facilities

Природа
Nature



- ■ ■ ЛИДЕР У РАДУ СА СПОРТИСТИМА
- ■ ■ НЕЗАОБИЛАЗНА СТАНИЦА НА ПУТУ
КА ОСВАЈАЊУ МЕДАЉА НА НАЈВЕЋИМ
СПОРТСКИМ ТАКМИЧЕЊИМА
- ■ ■ САВРЕМЕНЕ МЕТРИЈСКЕ ТЕХНОЛОГИЈЕ И МЕТОДЕ
- ■ ■ ИНТЕРДИСЦИПЛИНАРНИ ТИМ СТРУЧЊАКА
- ■ ■ ИЗУЗЕТНА ИНФРАСТРУКТУРА ЗА БАВЉЕЊЕ
СПОРТОМ
- ■ ■ НАЈБОГАТИЈА БАЗА ПОДАТАКА
О КАРАКТЕРИСТИКАМА ВРХУНСКИХ
И МЛАДИХ СПОРТИСТА

Садржај

- 00 УВОДНА РЕЧ ДИРЕКТОРА ЗАВОДА
- 00 ЗАВОД КРОЗ ДЕЦЕНИЈЕ
- 00 УЛОГА ЗАВОДА У СИСТЕМУ СПОРТА СРБИЈЕ
- 00 ЗАВОД ДАНАС
- 00 УСЛУГЕ ЗАВОДА



- 00 ИНФРАСТРУКТУРА ЗАВОДА
- 00 ПРВИ НАЦИОНАЛНИ ТРЕНИНГ ЦЕНТАР
- 00 САРАДЊА ЗАВОДА СА ДРУГИМ УСТАНОВАМА
- 00 САРАДЊА КОЈУ МОЖЕТЕ ОСТВАРИТИ СА ЗАВОДОМ





Предговор

Спорт, посебно врхунски спорт је одавно препознат као социјални феномен који генерише позитивне промене у друштву. У Србији, врхунски спорт заузима посебно место о чему најбоље сведочи озбиљан однос државе према овом феномену и са друге стране, сјајна одличја која су резултат таквог односа. Спорт је у Србији постао неодвојиви део националне културе и данас се велика пажња посвећује спорту као важном чиниоцу у физичком и менталном здрављу људи, посебно деце.

Завод за спорт и медицину спорта Републике Србије већ деценијама уназад представља окосницу развоја спорта у Србији. Као јединствена институција која своју пажњу поклања како врхунским спортстима али тако и најмлађима, непрестано радимо на томе да унапредимо, проширимо и побољшамо наше активности. Тиме директно утичемо како на резултате врхунских спортиста, тако и на правилан развој деце и омладине. Наш дугогодишњи рад је препознат у новом Закону о спорту где нам је додељен статус Националног тренинг центра чиме нам је указана велика част али и дата још већа одговорност.

Завод за спорт и медицину спорта је данас база врхунског спорта и то у сваком погледу. Наши стручњаци из разних грана медицине, биомеханике, моторичких испитивања, психологије и других научних дисциплина припремају спортисте на путу ка освајању медаља, редовно контролишу и прате прогрес спортисте. Поред редовних тестирања, Завод управља спортским објектима који су доступни не само врхунским спорти-

стима већ и целокупном грађанству уз пратеће, едукативне, спортске и здравствене програме.

Најмодернија дијагностичка технологија, континуирано образовање запослених, грађење партнерстава са другим, водећим институцијама из области спорта и медицине спорта као и константно праћење и примена најновијих трендова у овим областима су оно чиме се Завод посебно поноси с обзиром да се ове наше активности директно одражавају и на резултате наших спортиста.

Сезона освојених медаља иза нас најбоље говори о озбиљном односу државе према спорту и поносни смо што је Завод за спорт и медицину спорта, у том сјају имао удела. У протеклих годину дана добили смо статус Националног тренинг центра, постали смо незаобилазна тачка на мапи спорта Србије и остали смо водећа установа у области медицине спорта не само у земљи већ и у региону, док смо истовремено проширили спектар услуга посебно у спортском кампу Караташ који највише користе млади.

Каталог испред Вас осликава тек део онога што свакодневно радимо и онога што смо у могућности да понудимо врхунским спортистима и грађанству. Оно што каталог не може да прене-се јесте одлична атмосфера и добра, здрава, спортска енергија те Вас позивамо да посетите Завод за спорт и медицину спорта Републике Србије и да у пуној мери искористите капацитете и могућности које Вам нудимо.



Реч директора

Јединствени центар у региону који интегрише спорт и медицину спорта у једној институцији јесте Завод за спорт и медицину спорта Републике Србије. Као једина специјализована установа чије су две примарне области спорт и медицина спорта, годинама смо развијали мултидисциплинарни систем који данас функционише по највишим стандардима.

Годинама уназад унапређивали смо не само инфраструктуру која укључује отворена и затворена купалишта, Дом спорта, тениске, фудбалске и друге терене, трим стазу и хотел Трим за смештај спортиста, већ смо упоредо радили и на модернизацији Завода и усавршавању кадрова.

Данас, услуге спортистима, рекреативцима и грађанству пружају специјалисти из области спорта и медицине спорта, и то у разним научним дисциплинама. Завод је оформио тимове који се баве тестирањима, аналитиком као и научним и другим истраживањима у циљу унапређења врхунског спорта и општег здравља становништва.

Од свог настанка, Завод за спорт и медицину спорта Републике Србије је своја истраживања и рад фокусирао на врхунске спортисте. Наша континуирана истраживања су ризница

драгоцених података за креирање политика које се баве највишим достигнућима у врхунском спорту, али правилним развојем деце. У томе активно учествујемо уз подршку Министарства омладине и спорта Републике Србије. Сматрамо да су спортисти најважнији ресурс наше земље, уз младе који су део наше куће.

Имамо разлоге да будемо поносни зато што нам стално долазе нови људи, млади и они у најбољим годинама, али и они који нам се изнова враћају и они који су давних дана бригу о својој кондицији, здрављу и резултатима поверили управо нама.

Ова публикација ће вас детаљније упознати са сегментима нашег рада а ми Вас позивамо да нас посетите, да осетите спортски дух, да упознате водеће стручњаке из области спорта и медицине спорта и да доживите заиста јединствену енергију која нас карактерише.

Горан Бојовић

директор Завода за спорт и
медицину спорта Републике Србије



72

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР
ПО ОБРАЗОВАНИЮ И ВОСПИТАНИЮ
ПЕДАГОГОВ И ПЕДАГОГИЧЕСКИХ РАБОТНИКОВ



Завод кроз деценије

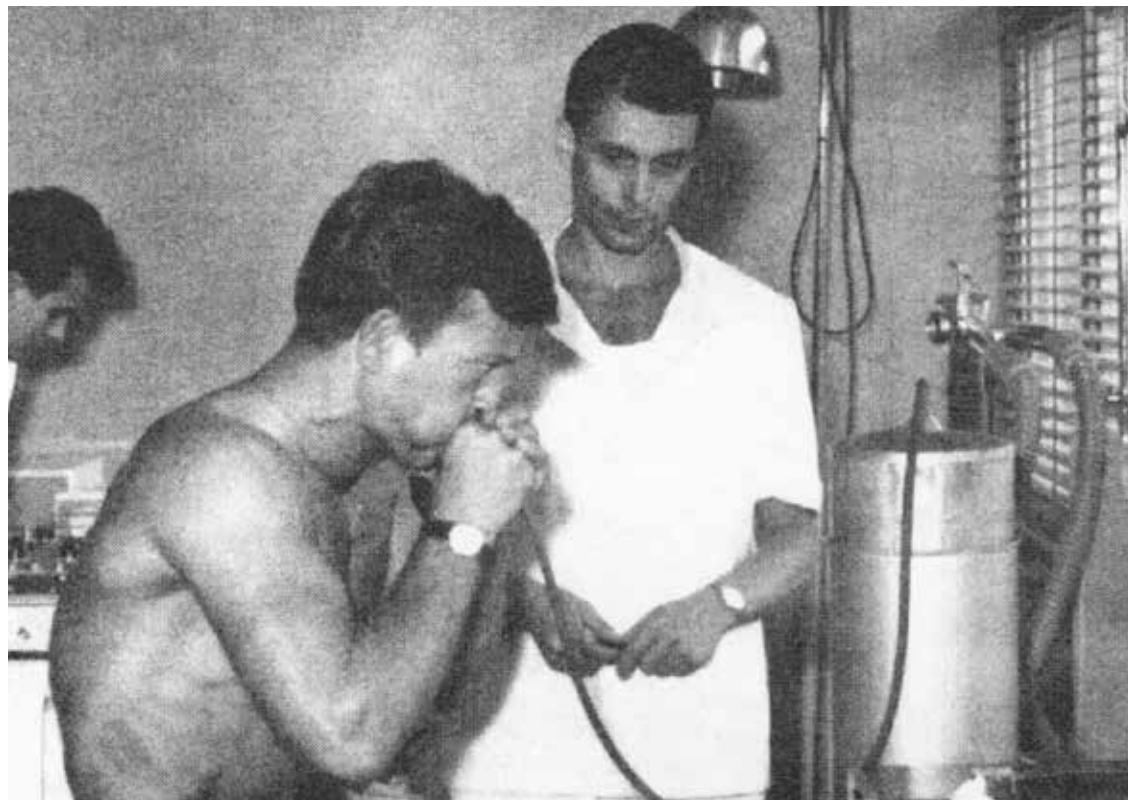
Након Другог светског рата увидело се да и спорт може значајно допринети афирмацији у свету тадашње социјалистичке Југославије, и представљати средство којим се побољшава сарадња и зближавање међу државама и народима. У трагању за путевима и могућностима бржег напретка спорта уочено је да се то може постићи само квалитетнијим стручним радом, па је Савез спортова Југославије одлучио да се оснује посебна институција која ће изучавати проблематику врхунског спорта. Тако је 1953. формиран Спортски институт Савеза спортова Југославије, као стручно-научна институција са циљем да се деловање у области спорта усмерава у методолошком и развојно-истраживачком правцу. Институт се налазио у Грачаничкој улици у Београду, а њиме је руководио Бранко Полић.

Институт је оријентисао свој рад на снимање стања и анализу услова у којима се развијао спорт у Југославији и свету, са циљем да се утврде фактори који могу допринети његовом бржем напредовању. Резултати тих проучавања показали су да стабилан и интензивнији развој врхунског спорта није могућ без рада на унапређивању физичке културе у целини, посебно физичког васпитања у школама.

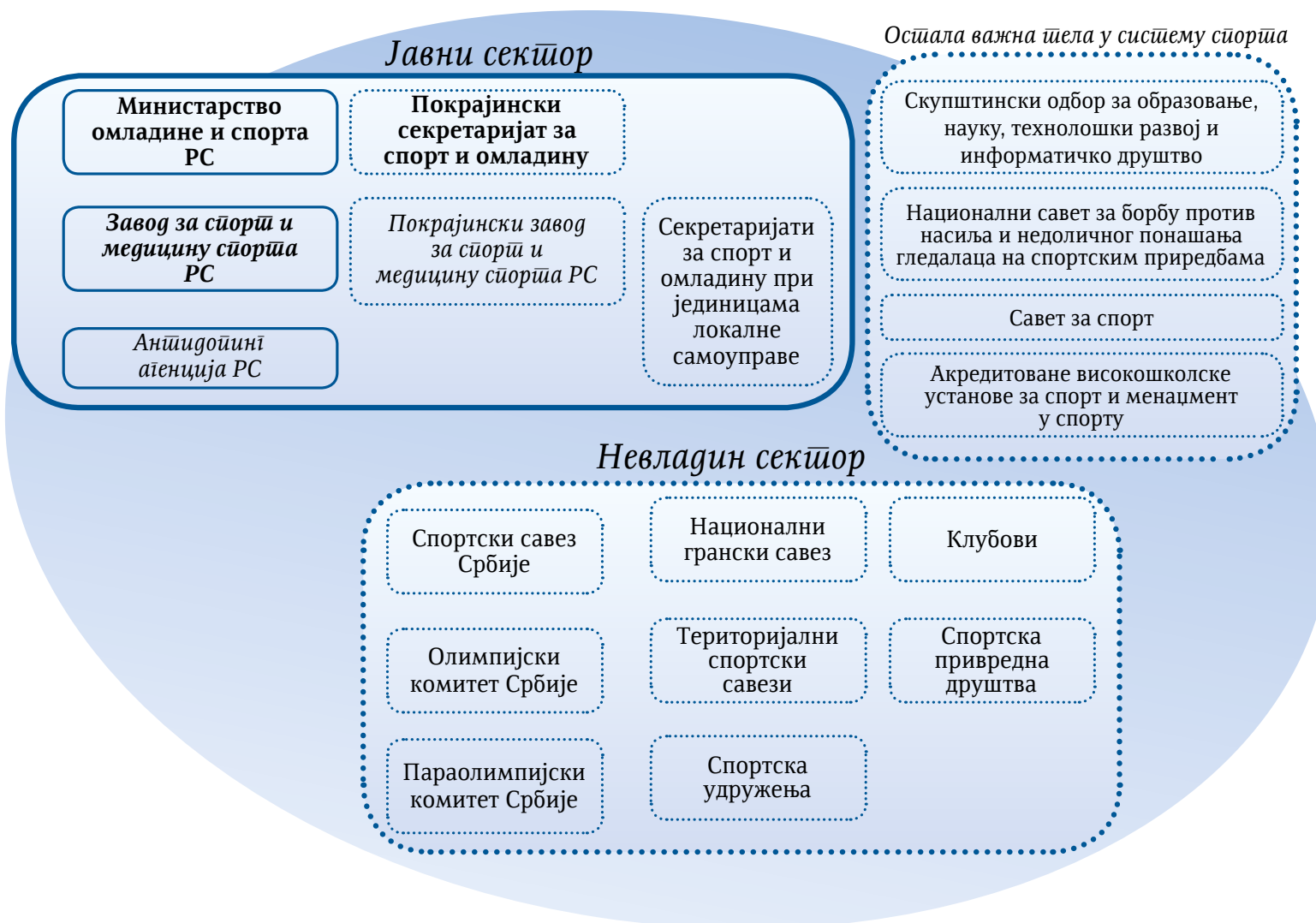
Таква оријентација је превазилазила могућности и оквира делатности Савеза спортова Југославије, те је предложено Савезној комисији за физичку културу да упути предлог Савезном извршном већу да оснује институцију која ће на нивоу Федерације проучавати могућности за унапређивање физичке културе у целини. Савез спортова Југославије је укинуо Спортски институт, а Савезно извршно веће је прихватило овај предлог и донело 9. марта 1956. Уредбу о оснивању Савезног завода за физичку културу, коју је потписао председник Југославије Јосип Броз Тито.

Кадрови и целокупна имовина Института су стављени на располагање новонасталом Савезном заводу за физичку културу, који је отпочео свој рад на истој локацији. Уредбом је Заводу дат широк делокруг рада, а своје задатке он је реализовао под надзором Савезног извршног већа, преко Савезне комисије за физичку културу. Задаци поверени Заводу, као управној установи којом непосредно руководи директор постављен од Савезног извршног већа, обухватили су проучавање стања физичке културе и услова за њен развој.

Током свог постојања Завод је мењао осниваче (држава до 1969, до 1996. град Београд, а након тога Република Србија) и према њиховим правима и обавезама усклађивао делатност и мењао име (Савезни завод за физичку културу од 9. марта 1956. до 12. марта 1963; Југословенски завод за физичку културу од 12. марта 1963. до 27. новембра 1969; Југословенски завод за физичку културу и медицину спорта од 28. маја 1971. до 17. децембра 1996; Републички завод за спорт од 17. децембра 1996. до 31. марта 2011. и сада Завод за спорт и медицину спорта Републике Србије).



Завод у систему спорта Републике Србије



Шема 1: Завод у систему спорта

Рад Завода за спорт и медицину спорта Републике Србије

Рад Завода за спорт и медицину спорта Републике Србије је регулисан Законом о спорту („Сл. гласник РС”, бр. 24/2011). Завод заузима посебно место у закону, односно, чланови 107,

108. и 109. ближе одређују делокруг рада. Основно је да је Завод „установа која обавља делатност ради развоја стручног рада и задовољавања стручних потреба у области спорта”.



Шема 2: Делатности Завода

Наша визија

Визија Завода за спорт и медицину спорта Републике Србије јесте друштво у ком се важност спорта и улога спорта у друштву непрестано надопуњују стварајући нове вредности и нове резултате. Право на спорт је право сваког појединца, док је брига о врхунском спорта обавеза наше установе, коју са великим ентузијазмом и добром вером обављамо већ више од пола века. Када замишљамо будућност, видимо Завод са проширеним капацитетима и станицама ван матичног објекта; видимо креирање нових служби специјализованих за специфичне области које тек треба да се развију код нас; и на крају, идемо ка томе да не следимо трендове у области рада са врхунским спортистима и младима, већ да их стварамо на корист и задовољство друштва у целини. Завод је традиционално један од носећих стубова спортске културе у Србији. Свесни смо и одговорности коју такав статус носи и свакодневно се изнова трудимо да га оправдамо развијајући нове везе са установама и појединцима који деле нашу посвећеност према врхунском спорту, али и са онима којима је физичка активност код младих приоритет.

Друштво у коме су омладина и млади здрави је нешто чему тежимо и нешто чему дајемо допринос непрестано радећи на промоцији суштинских спортских вредности и принципа здравог начина живота. И ови програми, поред програма за унапређење врхунског спорта, које непрестано развијамо нас воде ка друштву којем тежимо са почетка овог текста.

Вредности спорта заправо су стубови на којима почива квалитетно друштво са једнаким могућностима за све, друштво у ком је фер плеј и поштовање противника начин опхођења и функционисања и





друштво где се изузетност цени, а резултати мере и награђују. То је наша визија. Активно радимо на томе да она постане стварност, да врхунски спортисти освоје још више одличја, а да они млађи, на почетку спортских каријера, постану шампиони. Не одустајемо ни од идеје да свако дете школског узраста треба да буде физичко активно како би било здраво, и томе својим радом непрестано доприносимо.

Наша мисија

- Развијање политика и пракси у циљу финализације процеса институционализације субјеката у спорту;
- Иницирање развоја нових политика, тела и мрежа које раду на унапређењу врхунског спорта и јавног здравља младих;
- Стицање нових вештина и знања ради побољшања квалитета рада са врхунским и другим категорисаним спортистима, рекреативцима, младима и грађанством свих старосних категорија;
- Пружање експертских и консултантских услуга државним органима надлежним за имплементацију политика у области развоја врхунског спорта, спорта уопште и рекреативних активности грађана;
- Стручна интерпретација статистичких и стручних података добијених из развојно-истраживачких пројеката и стручног рада Завода ради конструисања предлога чији је циљ поспешивање врхунског спорта, повећање физичке активности деце и младих у циљу здравог живота и развој рекреативних активности за грађанство;
- Креирање квалитетних стручних и едукативних материјала за рад клубова и стручних организација у спорту;
- Интензивна промоција здравог начина живота кроз физичку активност, здраву исхрану
- Константан допринос процесу имплементација стандарда и пословања стручних тела у области спорта;

- Пружање стручне подршке организацијама у спорту и спортској пракси;
- Праћење и примена најновијих стручних и научних достигнућа у области спорта, стручних анализа и истраживања;
- Припремање валидних информација од значаја за доношење одлука у области спорта на нивоу Државе;

Наше вредности

Синергија спорта и медицине спорта са другим дисциплинама и областима од интереса чини језгро нашег мултидисциплинарног приступа. Синергетски рад је начин на који функционисемо у пракси, модел путем ког креирамо стратегије развоја и приступ којим се водимо у остваривању дугорочних циљева.

Потенцијал је основни појам са којим радимо и у чему смо најбољи. Моторичка тестирања заједно са дијагностиком и аналитиком управо и служе томе да постојеће потенцијале доведу до максимума, али и да уоче нове потенцијале за које се потом стварају услови и начин за њихов развој. Уочавање потенцијала и њихов правилан развој заједно са радом на максимизацији постојећих потенцијала посебно су битни за развој врхунског спорта који је наша примарна делатност.

Организација рада у Заводу за спорт и медицину спорта Републике Србије заснива се на синергији и тимском раду, комбинованом менаџмент приступу који карактерише висок ниво професионализма, интегритет у раду, и функционална и квалитативна повезаност свих релеватних структура. На овај начин сектори и радне јединице су повезани у једну и у више целина што ствара јединствену организациону шему у коју је лако интегрисати нове процедуре, без бојазни да ће изазвати застој или реорганизацију постојећих токова пословања.

Ресурси су нешто највредније са чим располажемо и нешто чему посвећујемо велику пажњу, посебно када се ради о људским ресурсима. Код нас раде најбољи у својим професијама, посебно из области спорта и медицине спорта. То су врхунски научници и стручњаци којима подршку пружају експерти из других области који се баве развојним, програмским и пројектним активностима. Управљање ресурсима који се односе на објекте, земљишта и техничке капацитете због природе нашег посла се такође налази на првом месту. Унапређење функција и проширивање капацитета ресурса у квалитативном и квантитативном смислу је нешто на чему непрестано и успешно радимо.

Традиција спорта који се у Србији сматра саставним делом културног миљеа и идентитета је свакако нешто према чему Завод гаји посебан однос и чему даје допринос радећи непрестано са врхунским спортистима како би осигурао да традиција сјајних резултата никада не престане. Имајући у виду управо традицију спорта, трудимо се да она постане, и то од раног узраста, саствани део живота младих и деце и да буде сет вредности и практичних сазнања које ће они даље пренети као начин живота. Традиција која је чврста и постојана у комбинацији са најмодернијим научним и техничким достигнућима је опробан рецепт за успех који ми примењујемо већ шест деценија.

Наши циљеви

Стратешки циљеви Завода за спорт и медицину спорта Републике Србије су у складу са нашим основним делатностима и са постојећим стратегијама и акционим плановима Министарства омладине и спорта Републике Србије.

• **Развој и унапређење врхунског спорта** кроз основне делатности путем подизања капацитета у областима спорта и медицине спорта те даљим унапређењем стручног и научног

рада у овим областима а за потребе врхунског спорта. Са овим у директној вези стоји и унапређење услова за развој спортисте до врхунског резултата проширивањем постојећих људских и техничких капацитета, кроз креирање посебних развојних програма из области спорта и медицине спорта;

- **Повећање обухвата бављења грађана спортом** кроз развој и унапређење спортске рекреације путем проширивања садржаја намењених грађанима свих старосних структура, посебно деце и грађана треће генерације. Кроз програме који подстичу и ојачавају свест о важности редовних физичких активности, а уз подстицање локалних самоуправа на остваривање сарадње у овим областима.
- **Систематски развој и унапређење спортске инфраструктуре** која је под надлежношћу наше Институције, а ради унапређења врхунског спорта и повећања обухвата бављења грађана спортом и ради постепене трансформације у регионални центар за спорт и медицину спорта уз пружање стручних услуга на успостављењу потпуне базе података.
- **Унапређивање стручног и научно-истраживачког рада** у спорту и медицини спорта и њима сродним гранама уз активно повезивање са високошколским установама како би се остварили горе поменути циљеви.
- **Унапређење међународне сарадње и развијање билатералних платформи и тела**, чија је сврха унапређење врхунског спорта, изградња нових регионалних, локалних и глобалних центара за спорт и медицину спорта, опремање истих и постојећих објеката, развој медицине спорта и развој и примена практичних програма које ће за резултат имати повећану физичку активност грађана, кроз делатности Завода за спорт и медицину спорта Републике Србије.
- **Интегрисање активности Завода за спорт и медицину спорта** у све друштвене сфере са посебним нагласком на добробити спорта као социјалног феномена и са

освртом економске бенефите спорта у смислу привредног развоја локалних самоуправа кроз наменски и општи туризам, заштиту животне средине, подстицање спортске индустрије и других сличних активности.





Завод данас

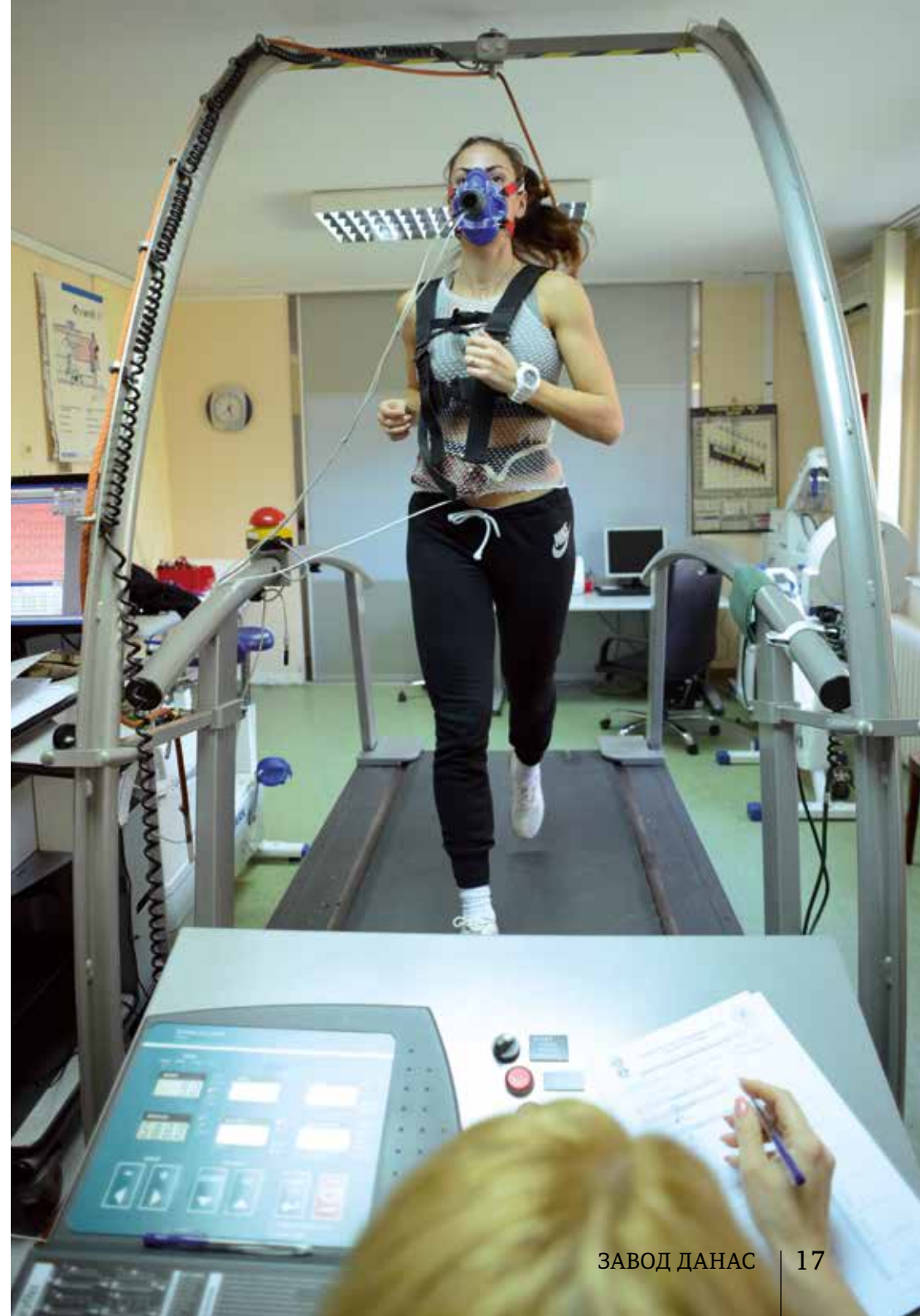
Завод је данас модерна, савремено опремљена установа у којој ради високо квалификован стручни кадар који прати најновија стручна и научна достигнућа у области спорта, физичке културе, медицине спорта, психологије и многих других научних дисциплина а све у циљу пружања што квалитетнијих услуга својим корисницима.

Сталним праћењем и усавршавањем технологије стручног рада, контролом тренираности спортиста, пружањем стручно-саветодавне помоћи, као и разноврсним облицима стручног усавршавања кадрова, Завод остварује стручну подршку спортској пракси.



Услуге које пружа Завод

- различите врсте тестирања, која обухватају све аспекте од значаја за спортски тренинг и физичко вежбање (спортско-медицинска, психолошка и моторичка дијагностика)
- контрола припремљености врхунских и других категорија спортиста, деце спортиста и особа које се баве рекреацијом
- пружање саветодавне помоћи од стране стручног тима Завода тренерима и спортистима



Спортско-медицински прегледи

На основу Закона о спорту (*Службени гласник РС*, Бр. 24/11 и 99/11 – Др. закон), а како је дефинисано „Правилником о утврђивању способности спортиста за обављање активности и учествовање на спортским такмичењима” (*Службени гласник РС*, Бр. 15/2012), у члану један се наводи да „у спортском такмичењу може учествовати спортиста коме је у периоду од шест месеци пре одржавања спортског такмичења утврђена општа здравствена способност за обављање спортских активности, односно делатности”. У члану два наведено је да „општу и посебну здравствену способност спортиста-такмичара утврђује надлежна здравствена установа, односно завод надлежан за спорт и медицину спорта, у складу са законом и овим правилником”.

Здравствени преглед спортиста обухвата:

- лабораторијске анализе крви
- антропометријска мерења
- кардиолошки преглед
- анамнезу
- преглед по системима
- постурални статус: преглед кичменог стуба, грудног коша и стопала
- функционална тестирања респираторног и кардиоваскуларног система
- стоматолошки преглед







Лабораторијске анализе крви

У Заводу се врши:

- анализа комплетне крвне слике
- биохемијске анализе крви (гликемија, уреа, укупни холестерол, триглицериди, трансаминазе, гвожђе у серуму)
- анализе крви током вежбања и у опоравку (лактати, маркери замора, електролити)

Антропометријска мерења (морфолошка дијагностика)

- телесна висина
- телесна маса
- телесна композиција (проценат мишића, масти, коштаног ткива и воде, мерење се врши вагом Bioimpedanca In Body 370)
- дужина, дијаметри и обими сегмената тела
- дебљина кожних набора

Кардиолошки прегледи

Особе изложене великим физичким напорима услед тренинга и такмичења, без обзира ради ли се о професионалним спортистима или рекреативцима, требале би због властите сигурности да редовно обављају специјалистички кардиолошки преглед. Редовни прегледи и контроле, најбоља су превентива у раном откривању структурних промена срчаног мишића али и појединих кардиолошких обољења нарочито код професионалних спортиста.

Кардиолошки преглед подразумева:

- ултразвучни преглед срца
- ергометријски тестови (тестови оптерећења)



- холтер мониторинг ЕКГ-а 24-48-часовни у дијагностици поремећаја срчаног ритма са опцијом 12 каналног снимања ЕКГ-а
- холтер мониторинг ЕКГ-а на специјално дизајнираном апарату за спортове у води
- холтер мониторинг крвног притиска
- консултације

Функционална тестирања

У Заводу се раде следећи функционални тестови:

- Спирометрија
- Ергометрија
- Ергоспирометрија
- Одређивање нивоа лактата у крви

На основу анализе прегледа и добијених резултата функционалних тестова, доноси се закључак о здравственом стању и способности за активно бављење спортом. Коначан извештај се прави на основу упоређивања добијених резултата тестирања са проценом захтева спорта и спортске дисциплине којом се испитаник бави.



Спирометрија

Представља методу којом се одређује способност вентилације плућа кроз испитивање:

- виталног капацитета (VC)
- форсираног виталног капацитета (FVC)
- форсираног експираторног волумена у првој секунди (FEV1)
- максималне вољне вентилације (MMV)

Апаратура: Pny graphic, Cosmed spirometar

Ергометрија

Представља индиректну методу за одређивање максималне потрошње кисеоника применом различитих врста протокола.

Ергометрија је у примени и код рекреативаца где се најчешће комбинују различити модификовани протоколи у складу са медицинским индикацијама.

Ергоспирометрија

Ергоспирометрија је дијагностичка процедура која омогућава континуирано праћење различитих параметара, пре све-

га дисања и срчаног рада током субмаксималних и максималних тестова оптерећења.

На основу ергоспирометријских параметара се врши:

- процена здравственог статуса (кардиоваскуларног, пулмоналног и метаболичког система)
- утврђивање апсолутне или релативне контраиндикације за бављење физичком активношћу
- процена функционалних способности
- одређивање индивидуалних пулсних тренажних зона
- одређивање врсте, интензитета и обима тренинга за што ефикасније постизање жељених циљева
- праћење ефеката тренинга
- рано препознавање талентоване деце и њихово правовремено усмеравање у одговарајући спорт

Одређивање нивоа лактата у крви

Ниво лактата у крви се прецизно утврђује лабораторијском анализом узорака крви при активностима растућег интензитета.

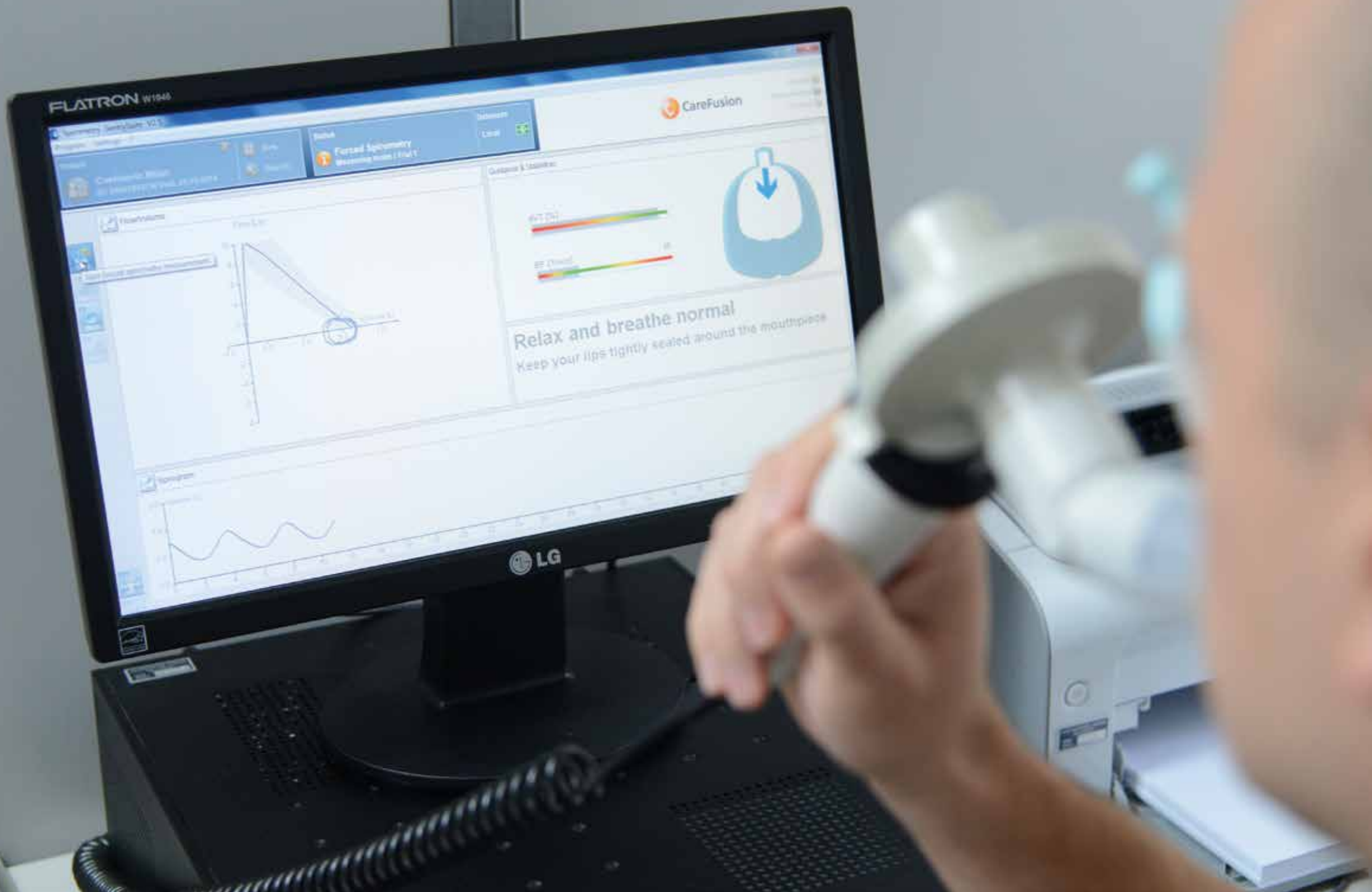
Одређивањем нивоа лактата у крви утврђује се:

- брзина опоравка
- анаеробни праг или вентилаторни праг (критична вентилација)
- показатељ издржљивости, указује на способност мишића да приме и искористе кисеоник

Стоматологија

Наша стоматолошка ординација бави се очувањем и унапређењем оралног здравља кроз:

- рану дијагностику и санирање почетног каријеса
- давање савета у вези са коришћењем штитника за зубе који спречавају повреде приликом бављена спортом
- упућивање у специјализоване установе на даље лечење







Процена психолошког статуса

Психодијагностика и процена психолошке припремљености спортиста одвија се кроз:

- утврђивање профила личности
- утврђивање мотивације спортиста
- утврђивање когнитивне и интелектуалне способности
- утврђивање психомоторичке реакције
- процену психодинамике спортских тимова – социометрија
- процену сагорелости спортиста
- процену спортске такмичарске анксиозности
- процену општег и спортског самопоштовања и самопоуздања

На основу добијених података психолог припрема извештај са препорукама. Када је то неопходно врши се:

- саветодавно-консултативни рад са спортистима, породицама и тренерима
- психолошка едукација и психолошка припрема за такмичење спортиста и тренера
- тестирање и тренинг *Biofeedback* методом (унапређење ефикасности и побољшање менталног функционисања спортиста)

Завод поседује једну од најбогатијих база података психолошких тестирања спортиста.

Моторичка тестирања у Заводу

У Заводу за спорт и медицину спорта Републике Србије врше се лабораторијска, изокинетичка и теренска тестирања. У тестирањима се користи најсавременија мерна опрема, а мерења обављају висококвалификовани спортски стручњаци применом тестова који обухватају све аспекте значајне

за дијагностику тренираности спортисте и идентификацију фактора ризика.

Теренска тестирања омогућавају утврђивање слабости и предности тестова за различите спортове у специфичним условима.



Гипкост

Шпагат
Претклон у седу



Брзина

Спринтеви 5м-40м



Агилност

Т-тест
Цик-цак тест
Осмица
505 тест



Снага

Вертикални и
хоризонтални
скокови, бацање,
шутирање



Издржљивост

Шатл ран
ЈОЈО интермитентни
тестови
30-15 тест

ТЕРЕНСКА ТЕСТИРАЊА

Лабораторијска тестирања омогућавају детаљан увид у моторичке способности, испитивање узрока слабости и давање прецизних импликација за тренинг.



Гипкост

(мерење амплитуде покрета у различитим зглобовима и равнима; утврђивање дисбаланса)



Снага

(тестови на ергометрима и изокинетичком динамометру)



Издржљивост

(директни тестови за процену аеробне моћи, максималне потрошње кисеоника, лактатног прага, анаеробног капацитета)



Јачина

(изометријски и изоинерцијални тестови за процену јачине и брзине развоја јачине)

ЛАБОРАТОРИЈСКА ТЕСТИРАЊА

Мерењима на изокинетичком динамометру добија се детаљан увид у стање функције зглоба, међусобни однос агониста и антагониста и билатерално поређење истих мишићних група.

Поред мерења, на изокинетичком динамометру спортски стручњаци Завода за спорт и медицину спорта Републике Србије спроводе и програме рехабилитације.



Скочни зглоб



Зглоб рамена



Труп



Зглоб колена



Зглоб кука

ИЗОКИНЕТИЧКА ТЕСТИРАЊА

Директна процена кардиоваскуларне издржљивости врши се тестирањем на FITMATE PRO апарату кроз:

- одређивање максималне потрошње кисеоника директним путем ($\text{VO}_2 \text{ max}$)
- одређивање максималне потрошње кисеоника у субмаксималним тестовима (VO_2)
- одређивање анаеробног прага
- процену тренираности и ризико фактора
- одређивање тренинг зона у односу на срчану фреквенцију и потрошњу кисеоника.

Кинематичка анализа постуралног статуса и кретања (Qualisys систем)

Применом система са седам високофреквентних камера добијају се 3Д подаци чијом обрадом се процењују:

- основи облици хумане локомоције (ходање, трчање, скакање) са посебним опцијама за процену квалитета обуће
- фактори ризика за повређивање (нпр. неповољни положаји и зглобни углови приликом заузимања различитих ставова и кретања)
- праћење процеса рехабилитације (постурални статус и технике кретања)
- постурални статус и позиције већине сегмената тела и зглобова (глава, врат, рамена, кичма, карлица, колена, стопала)
- спортске анализе: процена спортских техника у разним спортовима, као што су атлетика, голф, тенис, борилачки спортови, кајак, веслање, пливање, кошарка, фудбал, одбојка, рукомет, стреличарство и сл.

Подаци добијени оваквим испитивањем користе се и као средство за превенцију повреда.







Физикална медицина и рехабилитација

У Заводу имамо мултидисциплинарни приступ дијагностици и процени стања коштано-мишићног система.

У одељењу за физикалну медицину и рехабилитацију спроводимо:

- дијагностику, превенцију и терапију спортских повреда и других акутних и хроничних болних стања
- утврђивање постуралног статуса

Физикална терапија

- Електротерапија
- Ултразвучна терапија
- Магнетотерапија
- Ласеротерапија
- Shock wave терапија
- Вакуум терапија
- Апаратурна лимфна дренажа
- Ручна масажа

- Убрзавање природних механизма за обнављање ткива и смањење бола код повреда и упала (Proionic® system of INDIBA® activ)

Кинезитерапија

- Рехабилитација повреда по индивидуалном програму
- Вежбе за превенцију повреда
- Корективне вежбе

У оквиру превентивно-корективне гимнастике се:

- утврђује, прати и побољшава постурални статус деце, омладине и спортиста (Spinal Mouse® уређај за процену постуралног статуса)
- Спроводи едукацију деце, родитеља, тренера о значају раног откривања постуралних поремећаја и деформитета и мерама превенције
- прати развој моторичких способности деце.



Завод и особе са инвалидитетом и интелектуалном ометеношћу

У Заводу се врше здравствени прегледи и тестирања особа са инвалидитетом, параолимпијаца и стипендиста Специјалне олимпијаде.

Спортско медицински прегледи се прилагођавају узрасту, полу, врсти спорта, дужини спортског стажа и рангу такмичења испитаника. Сходно захтевима прегледи и мерења се могу радити у лабораторијама Завода или на терену.

У зависности од потреба могу се применити:

- периодични прегледи (на 6 месеци)
- контролни прегледи (провера спортске форме)
- ванредни прегледи (према индикацијама)
- специфични прегледи по статуту гранског спортског савеза.

Завод поседује богату базу података о тестирањима која је систематизована према:

- спортским дисциплинама
- узрастним категоријама
- ранговима такмичења.



Инфраструктура за особе са инвалидитетом

Завод је учинио све како би спортистима са инвалидитетом омогућио несметан приступ свим капацитетима.

На базенима постоје лифтови за спуштање инвалидних особа у базен. На улазу у просторије Завода постоје рампе за особе са инвалидским колицима. У управној згради постоји степењашни лифт с платформом, а зграда Дома спортова поседује лифт, као и свлачионице са тушевима и тоалетима прилагођеним особама са инвалидитетом.

Дијагностика за особе које се рекреативно баве спортом

Бити здрав је повезано са бити активан кроз физичко вежбање. Учешће у физичкој активности са собом повлачи и одређене факторе ризика по здравље. Једна од могућности да се смање ти ризици је да се претходно изврше неопходни функционални и моторички прегледи. На основу добијених резултата могуће је планирање индивидуалних програма вежбања, праћење напретка вежбача, боља мотивације при вежбању. Стручњаци Завода могу вршити теренска тестирања и ван Републике Србије.



Спортско-рекреативни програми

Завод са својим кадровским потенцијалима, дугогодишњим искуством и бројним објектима за спорт и рекреацију представља једну од најреферентнијих установа на пољу пружања услуга у области рекреације у Републици Србији.

Тим педагога физичке културе Одељења за физичко васпитање и рекреацију оформио је и обликовао рекреативне садржаје прилагођене полу, узрасту и потребама савременог човека.

Бесплатни спортско-рекреативни програми

Бесплатне школе сјорша за ученике на зимском и летњем распусту

У Заводу се већ дуги низ година у време зимског и летњег школског распуста у сарадњи са Градским секретаријатом за

спорт и омладину реализују спортско-рекреативни програми за ученике основних и средњих школа. Сваке године *неколико хиљада* школараца савлада основне елементе пливања, превентивно-корективне гимнастике, акробатике, стоног тениса, кошарке, одбојке, аеробика, цудоа и самоодбране, одбојке на песку, оријентиринга, „бич волеја“, аеробика и осталих спортско-рекреативних садржаја.

Рекреација за сјарије сујрађане

Завод за спорт и медицину спорта Републике Србије велику пажњу посвећује рекреацији најстаријих суграђана, тако да се последњих година у Дому спортова реализује програм „Рекреативно пливање трећег доба 50+“, који на годишњем нивоу окупи више од 700 старијих лица, оба пола.







Комерцијални садржај

Сарадници Одељења за физичко васпитање и рекреацију поред бесплатних програма, нуде и низ спортско – рекреативних садржаја комерцијалног карактера. Програми су намењени деци, родитељима, али и компанијама и пословним системима, у виду рекреације за запослене.

Комерцијалне школе спорта за децу

Од 2015. у оквиру Дома спорта и балон хале на Отвореном пливалишту са радом су почеле „Школа пливања” и „Школа цудоа и самоодбране” за најмлађе. Све програме воде тренери са дугогодишњим искуством у раду са децом, кроз садржаје специјално прилагођене у односу на узраст и пол.

Комерцијални програми за грађанство

За грађанство су у понуди четири спортско – рекреативна програма – „Classic”, „Trim”, „Max” и „Blue”. Програми су сачи-

њени од програмираног вежбања, које је прилагођено сваком појединцу или групи, и састоје се од комбинације пажљиво одабраних елемената, који се реализују кроз рад у сали, теретани, базену и сауни.

За породице је припремљен програм „Family Sport Pack” који укључује различите аеробне садржаје прилагођене групном – породичном вежбању. Поред „породичних полигона” који садрже елементе за побољшање агилности, координације, снаге, издржљивости и јачине, други део програма обухвата „породично пливање”, чиме се у потпуности остварује благотворно дејство вежбања у друштву блиских особа.

Комерцијални програми за запослене

За запослене су у понуди два програма: „Business Pro-Fit” и „Trim Relax”. Оба програма се одвијају у пријатном амбијенту, праћени музичким садржајима. Програми су конципирани са циљем да побољшају општи здравствени статус запослених, уз ублажавање и кориговање постуралних поремећаја кичменог стуба, узрокованих свакодневним вишечасовним радом.



Инфраструктура Завода

Усред прелепе шуме у срцу Кошутњака, у Београду, налази се комплекс Завода за спорт и медицину спорта Републике Србије. Читав комплекс се простире на скоро 43 ха и на том простору се налазе сви објекти и спортски терени Завода.

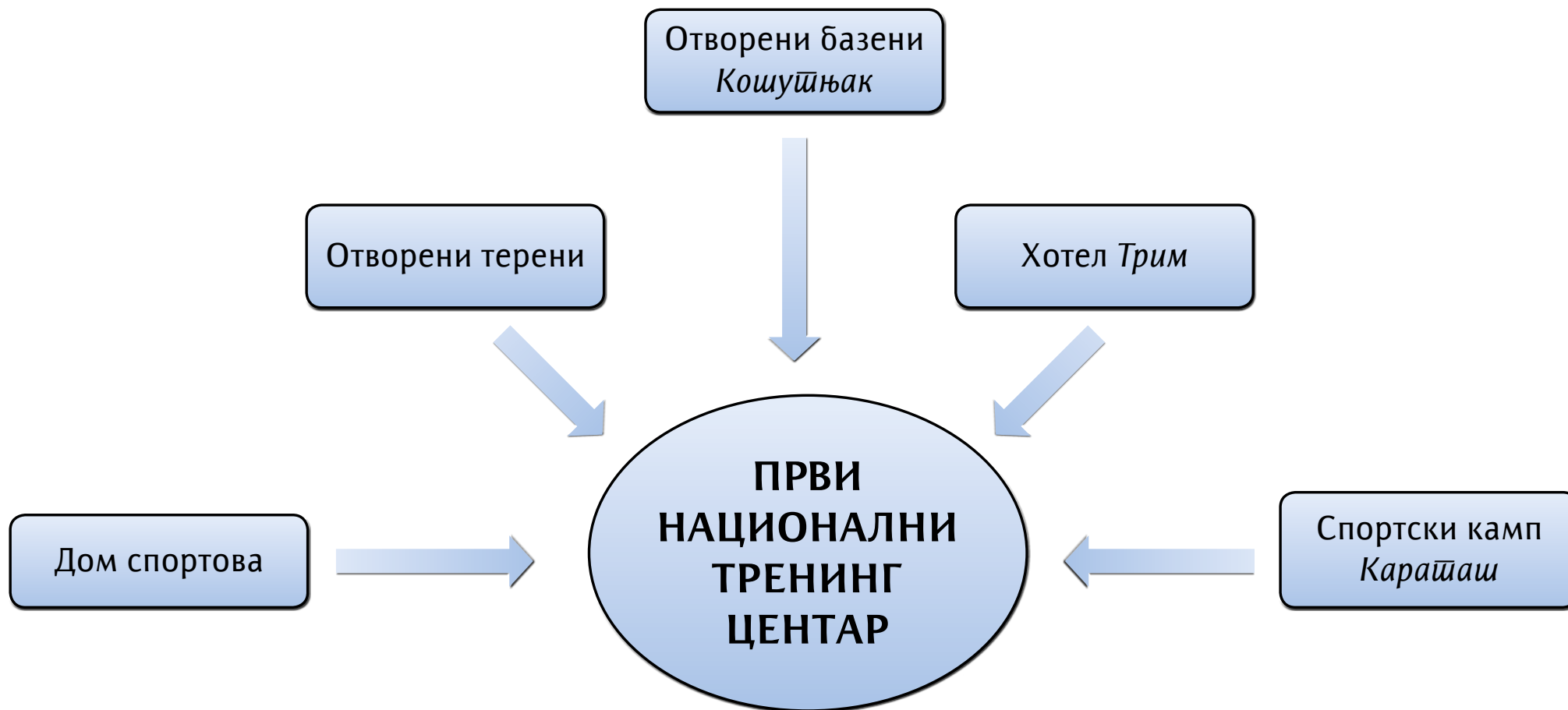
Поред управне зграде, у којој се налазе: Сектор за медицину спорта, Сектор за стручни и развојно-истраживачки рад у спорту, Сектор за економско-финансијске послове, Одељење ИНДОК (Информационо-документационо одељење и библиотека), у склопу комплекса Завода налази се и зграда Дома спортова, Атлетски стадион, Трим стаза, као и читав комплекс отвореног пливалишта.

За младе и перспективне спортисте Завод има на располагању и Спортски камп Караташ који се налази у општини Кладово, у близини хидроелектране Ђердап. Комплекс се простире на простору од 16 ха и поседује све неопходне спортске капацитете за боравак и припреме младих и перспективних спортиста.

Први национални тренинг центар

Према предлогу новог Закона о спорту Завод има статус националног тренинг центра и обавезу да организује и реализује континуиране тренинге и завршне припреме перспективних и врхунских спортиста у оквиру надлежних националних

спортских савеза и других спортских организација и савеза који реализују програме којима се остварује општи интерес у области спорта.





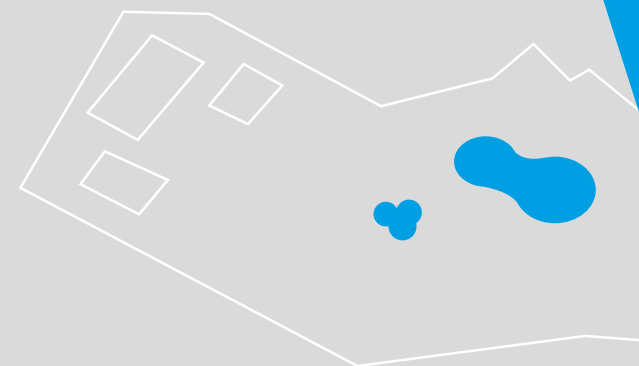
ЗАВОД ЗА СПОРТ И МЕДИЦИНУ СПОРТА РЕПУБЛИКЕ СРБИЈЕ

SERBIAN INSTITUTE OF SPORT AND SPORTS MEDICINE

Тениски терен / Tennis court

Спортски терени / Sports court

Отворено пливалиште Кошутњак /
Outdoors Swimming Pools Kosutnjak





Атлетски стадион /
Track and Field Stadium



Трим стаза / Trim Trail



Хотел Трим / Trim Hotel

Благоја Паровића

Кнеза Вишеслава

Пионирска



Дом спортова / Sports Hall



Управна зграда /
Administrative building

Центар за моторичка
истраживања
Center for motor
Research





Спортски објекти Првог националног тренинг центра

Дом спортова

Дом спортова Првог националног тренинг центра Завода за спорт и медицину спорта РС је објекат који поседује најсавременије услове за широк спектар спортских активности на простору од преко 5.000 м². У оквиру Дома спортова су:

- Хала (одбојка, кошарка/баскет, рукомет, мали фудбал, ритмичка гимнастика, бадминтон)
- Сала за џудо





- Мултифункционална сала (одбојка, кошарка, мали фудбал)
- Сала за гимнастику
- Теретана,
- Базен (25 м)
- Сауна
- Кабинет за рехабилитацију/ амбуланта
- Пратећи простори (свлачионице, тоалети, магацински простор)

Сви поменути капацитети су стављени на располагање спортистима и заинтересованим рекреативцима.
Дом спортова недељно посети више хиљада корисника.



Спортски објекти на отвореном Првог националног тренинг центра

У оквиру Првог националног тренинг центра се налазе терени за:

- одбојку
- кошарку/ баскет
- рукомет/ мали фудбал
- фудбал (2)
- мали фудбал (вештачка трава)
- тенис (6, шљака и тврда подлога)
- боћање
- мини голф
- атлетски стадион
- трим стаза





Атлетски стадион

Са циљем да се помогне развој атлетике Завод је обновио Атлетски стадион Првог националног тренинга центра. Постављен је нов дренажни систем, проширен је број стаза и изливена нова тартан подлога, а урађене су и нове јаме за скокове. Стадион испуњава услове за одржавање мањих такмичења.

Стадион има:

- шест стаза,
- две јаме за скокове удаљ/ троскок
- залетиште за скок увис/ скок с мотком
- издвојени део за гледалиште од 1.700 места

У близини стадиона се налази и бацалиште за куглу.





Трим стаза

Трим стаза је изграђена почетком седамдесетих година прошлог века и један је од најпознатијих спортских објеката у Кошутњаку. Када је изграђена, стаза је била је посута иглицама четинара, али је током времена губила своју функцију пошто се деценијама у њу није улагало. Министарство омладине и спорта је, на иницијативу заинтересованих грађана, донирало средства за њену адаптацију и санацију. Циљ ревитализације Трим стазе је било унапређење спорта и рекреације.

Обновљена Трим стаза, која данас поседује и соларне лампе за осветљење како би се могла користити и у вечерњим сатима, се налази на 250 м надморске висине, дуга је 1.200 м и широка 1,6 м. Стаза је са обе стране оивичена дрвеним праговима, постављена је дренажа и прекривена је дрвеном

пиљевином. Дуж стазе правилно је распоређено 16 „станица“ за вежбање, које не ремете природни амбијент шуме. Испред сваке од њих је табла са редним бројем и називом вежбе, упутством о правилном начину извођења вежбе, обавештењем о тежини задатка и дозирању оптерећења. Вежбе су прилагођене свим категоријама корисника. Како би се помогло онима који вежбају, на стази су додатно обележена растојања на сваких 100 м.

Трим стаза је једна од могућности за укључивање у физичко вежбање које не захтева додатно материјално улагање за учеснике. Предлажемо свима да се придруже великом броју наших корисника који редовно и самостално вежбају. Ово је један од најбољих начина за одржавање високог нивоа физичких способности, које су неопходне за очување квалитетног начина живота.





Отворено пливалиште Кошутњак

Комплекс Отвореног пливалишта Кошутњак Завода за спорт и медицину спорта РС грађен је уз финансијску подршку града Београда у периоду од 1967. до 1972. за потребе одржавања **Првог светског првенства у воденим спортовима у Београду 1973.** Такмичења у пливању, ватерполу (мушкарци), синхроним пливању (жене) и скоковима у воду је било под окриљем ФИНА (Fédération Internationale de Natation Amateur) од 13. августа до 9. септембра 1973. У Кошутњаку је одржано такмичење у скоковима у воду 4. септембра.

Једно од многобројних такмичења, која су била одржана на Отвореном пливалишту Кошутњак, је и Првенство у скоковима у воду на Универзијади 2009.

Комплекс отвореног пливалишта обухвата пет базена (олимпијски, „школски“, „рекреативни“ и „дечији“ базен и базен за скокове у воду), са неопходном пратећом инфраструктуром. Поред олимпијског базена се налазе трибине капацитета 650 места. У склопу овог комплекса су и управна зграда, амбуланта, теретана, терен за одбојку на песку, ресторан и 2 кафића.

За потребе ватерполо репрезентације и пливања, у периоду од септембра до почетка купалишне сезоне преко олимпијског базена се подиже балон. Овај простор је доступан репрезентативним селекцијама у воденим спортовима, спортским и рекреативним пливачким клубовима и грађанству. У склопу базена је и затворени објект са свлачионицама капацитета за 200 корисника, које могу користити и инвалидна лица.

Када временски услови дозвољавају, могуће је и ноћно купање.

На Отвореном пливалишту Кошутњак, поред пливања, могу се организовати тренинзи спортиста у воденим спортовима, такмичења, обука пливања, семинари и радионице.



Хотел Трим
Hotel Trim

Хотел Трим

Хотел Трим Завода за спорт и медицину спорта Републике Србије се налази у најлепшем делу Београда, уређеној парк-шуми Кошутњаку. Објекат је удаљен 6 километара од центра Београда и 26км од аеродрома Никола Тесла.

Хотел Трим омогућава смештај спортистима свих категорија, рекреативцима, и другим заинтересованим лицима, која желе миран одмор у природи. Објекат располаже са 12 једнокреветних, 11 двокреветних соба и једним апартманом у главној згради и 4 једнокреветне, 3 двокреветне и 3 трокреветне собе у депандансу. Све собе су опремљене телефоном, телевизорима, купатилима са туш кабинама и посебно израђеним креветима чија је дужина 2,1 м, а обезбеђен је и бесплатан бежични приступ интернету (Wi Fi).

Хотел поседује ресторан са 80 места и летњу башту са 110 места, а за родитеље који поведу своје малишане специјално изграђен простор за игру. Ресторан одликују изузетна услуга, разноврсна понуда хране са могућношћу брзог и једноставног прилагођавања потребама гостију, посебно спортиста, чија исхрана мора бити прилагођена захтевима спорта и специфичности тренажног процеса.

У оквиру Хотела је и конференцијска сала са око 40 места погодна за разноврстескупова. Сала је климатизована, опремљена видео пројектором и другим неопходним инвентаром. У понуди за све семинаре, обуке и састанке су и кетеринг сервиси.

Хотел поседује паркинг са 40 места.

Као део комплекса Завода, хотел Трим је окружен спортским објектима. Заинтересовани спортисти и рекреативци могу да тренирају у Дому спортова (мултифункционална дворана, сала за борилачке спортове, теретана, мултифункционална сала, 25 м базен), на Атлетском стадиону и другим отвореним теренима (одбојкашки, кошаркашки, за мали фудбал, боћање, мини голф, базени).



Спортски камп Караташ

Одлуком Владе Републике Србије Спортски камп Караташ је септембра 2014. предат на управљање Заводу за спорт и медицину спорта Републике Србије, чиме су проширени капацитети и стручно деловање водеће установе у области спорта у Србији.

Караташ се налази у Источној Србији на територији општине Кладово, на самој граници са Румунијом, на обали Дунава на Коридору 7, поред хидроелектране Ђердап. Коридор 7, или Дунавски коридор (дуг 2300 км), један је од најважнијих европских путева и заједно са Рајном и Мајном представља најважнији водени пут на континенту.

Камп је и на правцу EuroVelo 6, једне од најпопуларнијих бициклических рута, која се протеже од Атлантика до Цр-



ног мора. Ова бициклическа рута улази у Србију близу града Бачки Брег, прати Дунав дуж српско-хрватске границе све до граничног прелаза код Кладова ка Северину у Румунији. У окружењу EuroVelo 6 налазе се морске обале, реке, дворци, што заједно са равном топографијом за сваког бициклисту представља туристичкио путовање снова.

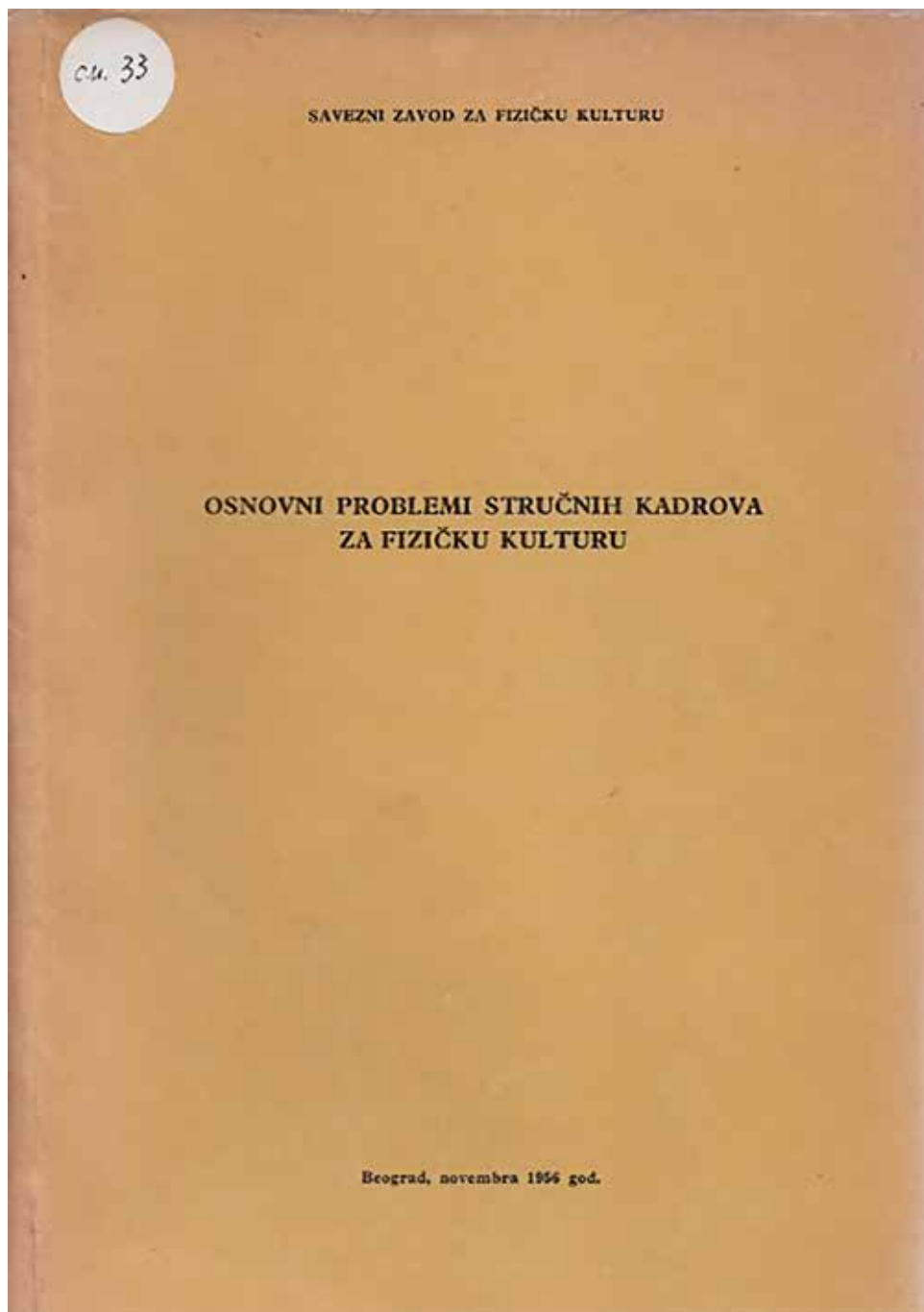
Камп има веома дугу традицију и од оснивања је, због своје локације и одличне инфраструктуре, био познат као врхунско место за припреме спортиста. Комплекс Кампа захвата површину од 15 ха. Караташ поседује сву неопходну пратећу инфраструктуру за више од 20 спортова - отворене (кошарка, фудбал, тенис, базен) и затворене спортске објекте (хала, теретана, стрелјана, куглана, сала за балет), као и неопходну опрему и реквизите. Поред свега наведеног, у мултифункционалној дворани постоји и вештачка стена за спортско пењање.

У свом саставу, осим спортских капацитета, Караташ има и смештајне објекте са двокреветним, трокреветним собама и апартманима. Поред тога, Камп поседује и осам осмореветних бунгалова који се, осим добре опремљености, архитектонски потпуно уклапају у културно наслеђе овог краја. Понуда Кампа употпуњена је рестораном, чији је мени прилагођен специфичним потребама спортиста.

На иницијативу Министарства омладине и спорта и Завода, Караташ ће бити реновиран у целости. Ревитализацијом постојећих и изградњом нових капацитета предвиђено је да се изврши максимално проширење простора за спортске активности. Формирање мултифункционалних спортских борилишта има за циљ стварање одговарајућих услова за развој школског, универзитетског и врхунског спорта.

У Кампу могу да се организују омладинске спортске школе, спортски кампови и припреме спортских екипа, спортска такмичења, радничке спортске игре, креативне радионице, уметничке колоније, разне врсте едукативних програма, школе у природи и екскурзије.





ИНДОК

Једна од најзначајнијих делатности Завода је његова Информационо-документациона делатност која подразумева континуирано прикупљање и документовање свих информација и података који су значајни за праћење развоја спорта у Републици Србији, али и трендове развоја спорта у свету.

Делатност ИНДОК одељења подразумева:

- вођење матичних евиденција у систему спорта Републике Србије,
- континуирано праћење резултата спортиста Србије, посебно освајача медаља,
- организовање стручних скупова (семинара, саветовања, округлих столова...), у циљу перманентног усавршавања стручњака који раде у спорту,
- истраживачко развојну делатност, прикупљање и обраду аналитичке документације, израду анализа и одређених стратешких докумената за потребе Министарства омладине и спорта,
- богату стручну библиотеку намењену стручњацима који раде у спорту,
- издавачку делатност за потребе стручног кадра који ради у спорту.

Библиотека



Непосредно по оснивању Завода формирана је и библиотека која прикупља, чува и даје на коришћење литературу из области физичке културе и спорта, публиковане стручне радове сарадника. Проширивањем делатности Завода и сама Библиотека проширује структуру фонда. Осим публикација,

које се односе на спорт и физичку културу, она сакупља и литературу из медицинских наука и здравствене заштите. Од 24. септембра 2007. Библиотека Завода је уписана у регистар Библиотеке града.

Протеклих година Библиотека је у потпуности реновирана. Књижни фонд садржи близу 10.000 јединица. Чине га стручне монографске и серијске публикације (часописи и новине, алманаси, годишњаци, зборници, извештаји, статистички билтени, библиографије...), мањи број докторских дисертација и магистарских радова запослених, документација и радови сарадника Завода, као и ретке старе књиге.



Структура фонда се углавном односи на: спорт уопште; појединачне спортове, спорт особа са инвалидитетом; спортска такмичења (олимпијске и медијтеранске игре, светска и европска првенства, школска такмичења итд.); образовање кадрова у спорту (професора, тренера); физичко васпитање и рекреацију (у предшколском узрасту, у школама, у радним организацијама), истраживања у физичкој култури; медицину, биохемију, биофизику, биомеханику; психологију, спортску психологију, педагогију, антропологију, антропометрију, андрагогију, социологију итд; грађевинарство и архитектуру (спортских објеката, терена за рекреацију, базена).



Поверени послови Заводу од стране Министарства омладине и спорта Републике Србије

The screenshot shows a web browser window with the address bar displaying 'www.maticnevidence.rs'. The page header features the coat of arms of the Republic of Serbia on the left, the title 'ЗАВОД ЗА СПОРТ И МЕДИЦИНУ СПОРТА РЕПУБЛИКЕ СРБИЈЕ' in the center, and a logo on the right. Below the header, the main heading is 'ЗАХТЕВ ЗА УПИС У МАТИЧНУ ЕВИДЕНЦИЈУ У ОБЛАСТИ СПОРТА'. A paragraph of text explains the purpose of the form: 'Потребно је да у категоријама поља унесите категорију или и поручите, који сте добио од Завода за спорт и медицину спорта Републике Србије, да унесите у матичну евиденцију. У случају да Вам је потребно поштом примити овај захтев можете да се обратите томе Заводу за спорт и медицину спорта Републике Србије сваког радног дана у периоду 08-15 часова. Телефон за подршку: +381 11 3055480 е-пошта: 103, Мобилни телефон: +381 60 8413793. Садрж: е-пошта: evidencija@zssg.rs'. Below this text is a form with two input fields labeled 'КОРИСНИЧКО ИМЕ:' and 'ЛОЗИНКА:', followed by a blue button labeled 'Унеси се'. At the bottom of the page, there is a footer with contact information: 'Завод за спорт и медицину спорта Републике Србије, Београд, Београдски пут 103, 11000 Београд, Телефон за подршку: +381 11 3055480 е-пошта: 103, Мобилни телефон: +381 60 8413793, Садрж: evidencija@zssg.rs, интернет адреса: www.zssg.rs/zssg.rs, Контакт: Београд'.

Матичне евиденције

Вођење матичних евиденција у области спорта је поверен посао Заводу за спорт и медицину спорта предвиђен Законом о спорту из 2011. У Закону о спорту РС из 1996. било је прописано да се започне са пројектом матичних евиденција, али је тек 16 година касније отпочела његова реализација.

Правилником је регулисано седам области у којима се воде матичне евиденције: категорисани и други спортисти такмичари, предузетници у спорту, организације у области спорта, спортски стручњаци и стручњаци у спорту, реализатори програма којим се остварује општи интерес у области спорта, спортски објекти и међународне спортске приредбе у Србији.

Овај капитални пројекат, од изузетне важности за државу, ће омогућити да се уреди многе области у српском спорту и да се на једном месту обједине најквалитетније информације о спорту у нашој земљи.

Поред тога, на основу уписаних података у матичну евиденцију, спортски објекти који су испунили услове предвиђене Правилником о националној категоризацији спортских објеката, рангирају се у једну од три предвиђене категорије.

У складу са Законом о спорту („Службени гласник РС”, бр. 24/11 и 99/11 – др. закон), а на основу Правилника о националној категоризацији спортских објеката („Службени гласник РС”, бр. 103/13) Завод за спорт и медицину спорта Републике Србије извршио је крајем 2014. прво рангирање спортских објеката.

У циљу уређења система спортске инфраструктуре у Републици Србији категоризација спортских објеката представља један од корака ка стварању могућности адекватног праћења стања спортске инфраструктуре и планирања развоја и унапређења ове области.

Уписом података у матичне евиденције стичу се и услови за конкурисање за финансијска средства из буџета за одржавање, реконструкцију и/или обављање спортских активности и делатности.

Надзор над стручним радом у области спорта

Вршење надзора над стручним радом у области спорта је законска обавеза Завода за спорт и медицину спорта Републике Србије. Правилником о надзору над стручним радом у области спорта уређен је начин и поступак обављања надзора.

Стручни надзор врше сарадници са највишим спортским звањем, дугогодишњим радом у струци, као и сарадници који имају значајне резултате у раду.

Примарни циљ стручног надзора је да се оствари увид у поштовање законских регулатива, као и да се уреди стручни рад спортских стручњака, стручњака у спорту и организација у области спорта.





Значајне спортске манифестације у Заводу за спорт и медицину спорта Републике Србије

- Такмичење у скоковима у воду у оквиру Првог светског првенства у воденим спортовима у Београду 1973.
- Првенство у скоковима у воду на Универзијади 2009.
- Јуниорско првенство у пливању 2011.
- Међународни Бели кросеви
- Светосавски турнир у кошарци у колицима
- Београдске интернационалне игре – БИГ (највеће европско студентско такмичење)
- Међународни универзитетски турнир „Belgrade Sport Tournament – BEST”
- Међународни рукометни турнир за дечаке и девојчице до 13 година
- Међународни аикидо семинар
- Прва одбојкашка утакмица у оквиру пројекта „Инклузија за све” под покровитељством Специјалне олимпијаде Србије и USAID-а.
- Први национални фитнес скуп – НАФИС
- СОФА програми за студенте

Код нас су на припремама биле спортске екипе из иностранства:

- Рукометни клуб „Макаби Кастро” из Тел Авива
- Кошаркашка репрезентација Аргентине У-19
- Фудбалски клуб „Краснодар” из Русије

- Кадетска кошаркашка репрезентација Египта
- Пионирска репрезентација Турске у синхронном пливању
- Женска ватерполо селекција из Бугарске
- Ватерполо репрезентација Шпаније

Домаћи спортске екипе и репрезентације код нас на припремама:

- Кошаркашка репрезентација Србије У-18
- Мушка кадетска рукометна репрезентација
- Кошаркашка репрезентација Србије У-16
- Одбојкашка репрезентација Србије
- Рукометна репрезентација Србије
- Женске одбојкашке репрезентације Србије
- Јуниорска репрезентација Србије у синхронном пливању
- Јуниорска рукометна репрезентација Србије
- Кадетска теквондо репрезентација Србије
- Ватерполо репрезентације Србије
- Сениорска одбојкашка репрезентација Србије

Завод организује и сталне медицинске едукације.

У мају 2015, у сарадњи са Ортопедском и спортско-медицинском болницом Аспетар из Катара, организовао је Прву српску међународну конференцију спортске медицине.

Сарадња Завода за спорт и медицину спорта Републике Србије са другим установама



Спорт

- Спортски савез Србије
- Атлетски савез Србије
- Савез за школски спорт
- Асоцијације „Спорт за све Србије“
- Фудбалски клуб „Партизан“

Факултети

- Факултет спорта и физичког васпитања Универзитета у Београду
- Факултет спорта и физичког васпитања Универзитета у Новом Саду
- Факултет за спорт Универзитета Унион Никола Тесла
- Факултет за менаџмент у спорту Алфа универзитет

Остало

- Аспетар, ортопедска и спортско-медицинска болница из Катара
- Град Београд
- Интернационална полицијска асоцијација - Регија Београд



Друштвено одговорна установа високе еколошке свести

Завод за спорт и медицину спорта Републике Србије је друштвено одговорна установа у којој се води рачуна о очувању животне средине.

Материјали од којих се гради на отвореним теренима су природни. Завод је, такође, изградио соларне панеле за грејање техничке и базенске воде, а на Трим стази су изграђене светиљке које се напајају соларним фотонапонским панелима и ветрогенераторима. Као вид подизања еколошке свести, Завод настоји да сваке године најуспешнији спортисти у тој години засаде по једно стабло у Парку шампиона, који се налази у комплексу Завода.

Парк шампиона

У знак обележавања постизања изузетних спортских успеха у Заводу за спорт и медицину спорта Републике Србије 2011. је настао Парк шампиона. До сада је свој допринос очувању и бризи

за животну средину сађењем белог јасена пружио више спортиста и спортских екипа. Прво дрво у Парку шампиона засадила је тадашња министарка омладине и спорта Снежана Самарџић Марковић, испред свог Министарства. Исте године су, након освајања златних медаља на европским првенствима, то исто урадиле мушка и женска одбојкашка репрезентација Србије.

Свој успех, освајање првог места на првенству Европе 2012. (и злата на светском првенству 2009), обележила је ватерполо репрезентација. У име репрезентације дрво су посадили Живко Гоцић и Слободан Соро. Затим су то исто урадили: теквандоисткиња Милица Мандић за олимпијско злато, вицешампионка у стрељаштву са Олимпијских игара 2012. Ивана Максимовић и бронзани Андрија Златић и првак Европе у дворани у бацању кугле Асмир Колашинац 2013. Троје наведених спортиста је своја стабла засадило 17. маја 2013.

Парк шампиона је богатије за још четири стабла од 11. августа 2015. Свој траг су оставили министар омладине и спорта Вања Удовичић, женска кошаркашка репрезентација Србије првакиње Европе 2015, мушка кошаркашка репрезентација победници на Европском првенству у кошарци за У20 у Лињану 2015. и освајачи златних медаља на Светском првенству Специјалне олимпијаде у Лос Анђелесу 2015.



Зашто баш ми?

Зато што интердисциплинарни тим Завода за спорт и медицину спорта Републике Србије, састављен од врхунских стручњака у области спорта, помоћу најсавременије врхунске опреме може да:

- Процени ваше способности од којих вам зависи успех.
- Утврди ваше предности и слабости, како би се омогућио оптималан развој способности.
- Утврди ваше ризике за повређивање.
- Упореди ваше способности са подацима врхунских и перспективних спортиста.

- Планира, програмира и контролише ваш тренажни процес у односу на објективне и валидне показатеље.

И зато што:

- Испред свих је по опремљености.
- Има вишедеценијско искуство.
- Има изузетне објекте за све врсте спортских активности.

Овај тим, састављен од врхунских стручњака из различитих дисциплина, стоји вам на услузи!

Контакти

Услуга	Место, адреса	Телефон	И-мејл и веб
Завод за спорт и медицину спорта Републике Србије	Кнеза Вишеслава 72 11030 Београд	+381 11/ 35 55 460 Факс: +381 11/ 35 55 461	rzsr@rzsport.gov.rs www.rzsport.gov.rs
Спортскомедицински прегледи	Кнеза Вишеслава 72	+381 11/ 35 55 460 +381 60/ 64 10 764	medicina@rzsport.gov.rs
Основни спортскомедицински преглед, овера такмичарских картона, специјалистички преглед (тест провокације)	Ташмајдан, Београдска 71	+381 11/ 3245115	rzsr@rzsport.gov.rs
Стоматолог	Кнеза Вишеслава 72	+381 11/ 35 55 460 +381 60/ 64 10 746	
Психолог	Кнеза Вишеслава 72	+381 11/ 35 55 460 +381 60/ 64 10 746	
Физикална медицина и рехабилитација		+381 11/ 35 55 460 +381 60/ 64 10 746	
Моторичка тестирања	Кнеза Вишеслава 72		
ИНДОК	Кнеза Вишеслава 72	+381 11/ 35 55 460	evidencija@rzsport.gov.rs
Дом спортова	Кнеза Вишеслава 72	+381 11/ 35 55 461	
Атлетски стадион	Кнеза Вишеслава 72		
Отворени базени Кошутњак	Благоја Паровића 150		
Хотел Трим	Кнеза Вишеслава 72	tel/faks: +381 11 3540 670 +381 11 3540 669	info@trimhotel.rs www.trimhotel.rs
Спортски камп Караташ	Ђердапски пут бб, Кладово	+381 19/ 809 036 +381 19/ 809 009	kamp.karatas@rzsport.gov.rs

ЗАВОД ЗА СПОРТ И МЕДИЦИНУ СПОРТ РЕПУБЛИКЕ СРБИЈЕ

Издавач
Завод за спорт и медицину спорта
Републике Србије
Београд, Кнеза Вишеслава 72
+381 11 3555 460
www.rzsport.gov.rs

Сарадници
Предраг Божић
Бобана Берјан
Тамара Гавриловић
Ивана Митровић

Прелом, дизајн и продукција
„Принцип Прес”
Београд, Цетињска 6
+381 11 322 70 34
www.nacionalnarevija.com

Уредник
Горан Бојовић, директор

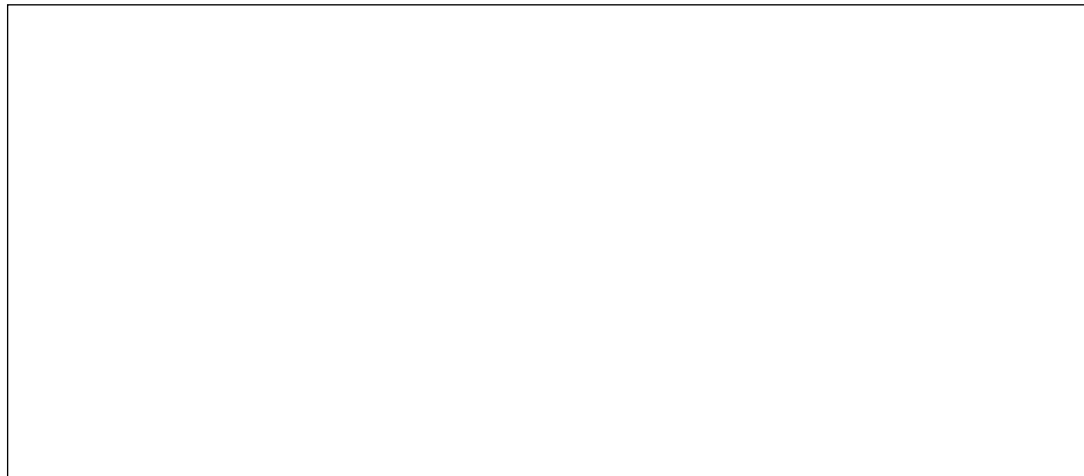
Уредништво
Александра Влаховић
Весна Репић-Ђујић

Фотографије и илустрације
Архива Завода за спорт и медицину спорта РС
Архива „Националне ревије”

Штампа
„Портал”, Београд

Тираж
1.000

Београд, 2015.







ЗАВОД ЗА СПОРТ И МЕДИЦИНУ СПОРТА РЕПУБЛИКЕ СРБИЈЕ

SERBIAN INSTITUTE OF SPORT
AND SPORTS MEDICINE

