

Поштоване и уважене колегинице и колеге,

Клуб професора емеритуса Универзитета у Новом Саду у сарадњи са Ректоратом Универзитета, у оквиру активности Пројекта „Унапређење процеса наставе високог образовања у дигиталној ери“ подржаног од Покрајинског секретаријата за високо образовање и научноистраживачку делатност, организује и са посебним задовољством вас позива на савремено и здравствено бенефитно предавање истакнутог професора из области кинезиолошких истраживања професора др Горана Спориша са темом:

„Утјечај тјелесне активности и вјежбања на мозак“
„Exercise and the Brain“

Предавач: проф. др Горан Спориш,
Редовни проф. на Кинезиолошком Факултету, Свеучилишта у Загребу

Модератори: проф. др Дејан Мадић, Ректор УНС
проф. емеритус др Радмила Маринковић-Недучин
проф. др Вишња Ђорђевић
проф. емеритус др Мирјана Војиновић Милорадов

Датум и време: Уторак, 29. новембар 2022. године у 12:00 часова

Место: Свечана сала Ректората Универзитета (I Спрат)
ул. Др Зорана Ђинђића 1, Нови Сад

Предавање ће истаћи добробити редовног телесног вежбања које утичу на повећање нивоа телесних способности, здравље кардиоваскуларног, мишићног и коштаног система, као и амплификацију заштите човека од хроничних болести, посебно дијабетеса, хипертензије, остеопорозе и неких врста СА. Посебан акценат је на релативно новом подручју истраживања утицаја физичке активности на структуре и функције мозга. Вежбањем се може смањити ризик од различитих неуролошких болести и протектирати мозак од штетних утицаја старења и смањења когнитивних способности. Телесна активност стимулише церебрални проток крви, смањује акумулацију холестерола у артеријама и побољшава мождану перфузију. Лонгитудиналне студије истраживања на старијим особама показале су да редовно вежбање доприноси мањем паду когнитивних способности. Предавање ће изнети провокативну хипотезу да неурогенеза је могућа и у каснијем животном добу. Већина нових неуролошких ћелија се ствара у хипокампадној формацији која је врло осетљива на ефекте вежбања. Редовне физичке активности и вежбање утичу на повећање неуротрофних можданих фактора (BDNF) и побољшање учења, памћења и расположења. Аеробно вежбање побољшава кардиоваскуларне и когнитивне способности посебно код старијих особа.

Са посебним поштовањем,
За Председништво КПЕ УНС,

Професор емеритус др Радмила Маринковић-Недучин
Професор емеритус др Мирјана Војиновић Милорадов

