

TEADUS, SPORT JA MEDITSIIN X

Tartu, Dorpati konverentsikeskus

08. – 10. november 2017



estonia.ee



Konverentsi korraldavad

Tartu Ülikooli sporditeaduste ja füsioteraapia instituut
Tartu Ülikooli Kliinikumi spordimeditsiini ja taastusravi kliinik
Spordimeditsiini Sihtasutus

koostöös

Liikumistervise innovatsiooni klastriga SportEST, Eesti Olümpiakomitee,
Eesti Olümpiaakadeemia ja Eesti Suusaliiduga

EESMÄRK

Konverentsi “Teadus, sport ja meditsiin X” peamine eesmärk on arendada teadlaste ja spordimeditsiini ala spetsialistide ning praktilises sporditöös ning liikumisharrastuse ja tervise edendamises tegevate inimeste vahelisi kontakte ja koostöösuhteid, aidates sellega kaasa sporditeaduse ja -meditsiini saavutuste rakendamisele praktilistel eesmärkidel. Konverentsiga tähistatakse väljapaistva Eesti sporditeadlase ja olümpialiikumise edendaja professor Atko-Meeme Viru (1932 – 2007) 85. sünniaastapäeva.

Teaduslik komitee

Esimees: Vahur Ööpik
Liikmed: Mati Arend
Vello Hein
Jaak Jürimäe
Priit Kaasik
Andre Koka
Rein Kuik
Mihkel Mardna
Martin Mooses
Mati Pääsuke
Madis Rahu
Eve Unt

Korralduskomitee

Luule Medijainen
Kerli Mooses
Jarek Mäestu
Margit Mägimets
Ando Pehme
Piret Pärsim
Katre Sakala
Silva Suvi
Saima Timpmann
Mare Vene

PROGRAMM

Konverentsi esimesel päeval 08. novembril toimub rahvusvaheline sümposium “Current Research and Future Perspectives in Exercise Physiology”, mis on pühendatud eesti spordifüsioloogia ja sporditeaduste teerajaja, Tartu Ülikooli kehakultuuriteaduskonna kauaaegse dekaani ning Eesti Olümpiakomitee asepresidendi ja Eesti Olümpiaakadeemia esimese presidendi prof. Atko-Meeme Viru 85. sünniaastapäevale. Sümposiumi töökeeleks on inglise keel, sellel esinevad tunnustatud spordifüsioloogid Saksamaalt, USA-st, Leedust, Lätist ja Eestist.

Sümposium ei ole kavandatud üksnes sporditeadlaste omavahelise sündmusena. Vastupidi, selle temaatika on kujundatud sooviga pakkuda olulist, uut ja huvitavat tõenduspõhist teavet nii treeneritele ja õpetajatele kui ka füsioterapeutidele ja spordiarstidele. Ka kõik esinejad on teadlikud sellest, et kuulajaskonna enamuse tõenäoliselt moodustavadki ülalmainitud tegevusvaldkondade esindajad, mitte aga teadlased. Ettekannete tõlkimist sümposiumil korraldatud ei ole, kõigilt sellel osalejatelt eeldatakse inglise keele oskust.

Konverentsi teisel ja kolmandal päeval (09. ja 10. novembril) on töökeeleks eesti keel. Esinejate poolt käsitletav temaatika on lai. Sellega, nagu ka rahvusvahelise sümposiumi üksikasjalise kavaga, saab tutvuda aadressil tsm.ut.ee Ühtlasi on programm toodud ka käesoleva infomaterjali kolmel viimasel leheküljel.

Kahel eestikeelsel päeval on konverentsi töö korraldatud kokku kuue sessioonina, neist igaüks on 3–4 ettekannet. Esinejateks on mitte üksnes sporditeadlased, vaid ka treenerid, füsioterapeutid, spordiarstid ja sportlased. Kõnelejate selline valik teenib konverentsi peamist eesmärki: arendada teadlaste ja spordimeditsiini ala spetsialistide ning praktilises sporditöös

ning liikumisharrastuse ja tervise edendamises tegevate inimeste vahelisi kontakte ja koostöösuhteid. Igas sessioonis järgneb ettekannete kuulamisele üldine diskussioon. Diskussioon on mõeldud võimalusena kuulajatele konverentsi töös aktiivselt osaleda, näiteks esitades ettekannetega seondult täpsustavaid küsimusi, paludes esinejatel täiendavaid selgitusi, avaldades enda seisukohti arutelu all olevates küsimustes jne. Diskussiooni algatab ja juhhib iga sessiooni juhataja.

REGISTREERIMINE JA TÄIENDAV INFORMATSIOON

Konverents toimub Tartus Dorpati konverentsikeskuses, aadressil Turu 2, TASKU.

Konverentsist osavõtuks registreerimise viimane kuupäev on 01. november 2017.

Registreerimine toimub aadressil tsm.ut.ee

Kõik konverentsil osalejad saavad täiendkoolituse tõendi (maht 8 tundi päevas).

Täiendavat informatsiooni konverentsi puudutavates küsimustes annavad:

Vahur Ööpik
tel: 7 375 366; mob: 5184234
e-mail: vahur.oopik@ut.ee

Martin Mooses
tel. 53463066
e-mail: martin.mooses@ut.ee

OSAVÕTUMAKS

Osavõtumaks sõltub konverentsil osalemise päevade arvust: 3 päeva – 150 EUR, 2 päeva – 100 EUR, 1 päev – 50 EUR. Osavõtumaks sisaldab lõunasööke ja kohvipause Dorpati konverentsikeskuses, konverentsi materjale ning täiendkoolituses osalemise tõendit. Osavõtumaksu tasumine toimub arve alusel, mis saadetakse igale end konverentsile registreerinud inimesele e-kirja manuseks aadressile, mille ta registreerimisel selleks ette nähtud kohta sisestab.

PROGRAMM

WEDNESDAY, 08 November – Baer Hall

International Symposium “Current Research and Future Perspectives in Exercise Physiology “ dedicated to the 85th anniversary of Professor Atko Viru

9.00 – 9.30 **Registration**
9.30 – 10.00 **Opening of the Symposium**

Chair: Vahur Ööpik

10.00 – 10.45 **Anthony C. Hackney** (*University of North Carolina, USA*) Hormonal regulation of acute and chronic adaptations: resistance vs endurance exercise
10.45 – 11.30 **Perikles Simon** (*University of Mainz, Germany*) Free circulating DNA as a quantitative and qualitative marker in exercise physiology
11.30 – 12.00 **Inese Pontaga** (*Latvian Academy of Sport Education, Latvia*) Adaptation of bone and soft tissue to loading intensity

12.00 – 12.20 **Coffee break**

Chair: Jaak Jürimäe

12.20 – 13.05 **Marius Brazaitis** (*Lithuanian Sports University, Lithuania*) Gender-specific reactions to cold stress
13.05 – 13.35 **Mati Pääsuke** (*University of Tartu, Estonia*) Gender differences in body composition, motor performance and blood biomarkers in older adults
13.35 – 14.05 **Vahur Ööpik** (*University of Tartu, Estonia*) Vitamin D status: significance in physical performance and training adaptations
14.05 – 15.00 **Lunch**

Chair: Mati Pääsuke

15.00 – 15.45 **James Stray-Gundersen** (*University of Texas, USA*) Altitude training
15.45 – 16.15 **Jaak Jürimäe** (*University of Tartu, Estonia*) Monitoring of performance and training in athletes
16.15 – 16.45 **Mehis Viru** (*University of Tartu, Estonia*) Whole body vibration in sport
16.45 – 17.15 **Closing of the Symposium**

NELJAPÄEV, 09. november – Struve saal

10.00 Registreerimine

10.30 Konverentsi avamine

10.40 – 11.00 Raho Langsepp Georg Hackenschmidt 140: pärand spordis ja filosoofias

11.00 – 13.00 I SESSIOON – Vastupidavusalade sportlaste ettevalmistus tiitlivõistlusteks
Juhatab Jaak Jürimäe

11.00 Jarek Mäestu (TÜ) Teaduse tähtsus sportlaste ettevalmistuses

11.25 Matti Killing (Eesti Sõudeliit) Sõudjate ettevalmistus tiitlivõistlusteks

11.50 Rene Mandri (Eesti Jalgratturite Liit) Kuidas jalgrattaspordis tippu jõuda?

12.15 Jaanus Teppan (Eesti Suusaliit) Suusatajate ettevalmistus tiitlivõistlusteks

12.40 Diskussioon – modereerib Jaak Jürimäe

13.00 – 14.00 LÕUNA

14.00 – 16.00 II SESSIOON – Spordiarstilt sportlasele, treenerile ja füsioterapeutidele
Juhatab Eve Unt

14.00 Mihkel Mardna (Spordimed. SA) Koondvõistkondade meditsiiniline teenindus tiitlivõistlustel

14.25 Madis Rahu (TÜ, TÜK) Uued võimalused koormusvigastuste ravis

14.50 Mart Kull (TÜ, TÜK) D-vitamiin – roll tervises ja spordis

15.15 Eve Unt (TÜ, TÜK) Madal energiatarbimine ja häirunud söömiskäitumine sportlastel

15.40 Diskussioon – modereerib Eve Unt

16.00 – 16.30 KOHVIPAUS

16.30 – 18.30 III SESSIOON – Spordifüsioteraapia
Juhatab Mati Arend

16.30 Mati Arend (TÜ, TÜK) Kas ülekoormusvigastusi on võimalik ennetada?

16.55 Janno Jürgenson (Tartu Ujumisklubi) Vigastuste ja haiguste ennetamine läbi regulaarse treeningkoormuste monitooringu (ujujate näitel)

17.20 Leho Rips (TÜK) Operatiivse ravi osa spordis – ortopeedi ja füsioterapeudi koostöö

17.45 Mihkel Luik (TÜK) Põlve eesmise ristatisideme (ACL) vigastus – juhtumianalüüs jalgpalluri näitel

18.10 Diskussioon – modereerib Mati Arend

REEDE, 10. november – Baeri saal

9.00 – 11.00 IV SESSIOON – Spordibioloogia: koormustega kohanemine ja taastumine spordis
Juhatab Mati Pääsuke

9.00 Priit Kaasik (TÜ) Lihaskoe kohanemise dünaamika paradoksid
9.30 Silva Suvi (TÜ) Mitmepäevasel võistlusel on võtmeküsimus taastumises
10.00 Teet Meerits (TÜ) Individuaalse ja reglementeeritud soojenduse mõju närvi-lihasaparaadi funktsionaalsele seisundile
10.30 Diskussioon – modereerib Mati Pääsuke

11.00 – 11.30 KOHVIPAUS

11.30 – 13.30 V SESSIOON – Kehaline kasvatus ja kehaline aktiivsus
Juhatab Andre Koka

11.30 Merike Kull, Kerli Mooses, Maarja Kalma (TÜ) Liikuma kutsuv kool
12.00 Henri Tilga (TÜ) Kas õpetaja autonoomsuse toetust pakkuv käitumine vähendab kontrolliva käitumise negatiivset mõju õpilaste tervisealasele elukvaliteedile?
12.30 Maret Pihu (TÜ) Kehalise kasvatus ümberkujundamine liikumisõpetuseks – kuidas see aitab kaasa liikumisaktiivsuse tõusule?
13.00 Diskussioon – modereerib Andre Koka

13.30 – 14.30 LÕUNA

14.30 – 16.30 VI SESSIOON – Psühholoogia spordis
Juhatab Lennart Raudsepp

14.30 Lennart Raudsepp (TÜ) Mentaalne tugevus spordis
15.00 Jorgen Matsi (TÜ) Kõik on peas kinni? Psühholoogiliste oskuste treening spordis
15.30 Rait Ratasepp Mentaalne ettevalmistus ultratriatlonis
16.00 Diskussioon – modereerib Lennart Raudsepp

16.30 – 17.00 KONVERENTSI LÕPETAMINE