

FIȘA DISCIPLINEI
Anul universitar 2020-2021
Anul de studiu II / Semestrul II

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățămînt	Universitatea „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia
1.2. Facultatea	Drept și Științe Sociale
1.3. Departamentul	Educație fizică și sport
1.4. Domeniul de studii	Kinetoterapie și motricitate specială
1.5. Ciclul de studii	Licență
1.6. Programul de studii/calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială / kinetoterapeut, COR 226405, profesor cultură fizică medicală COR 226406, fiziokinetoterapeut COR 226401

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Kinetoterapie secundara si terciara			2.2. Cod disciplină	KMS II12		
2.3. Titularul activității de curs	Conf. univ. dr. Mavritsakis Nikolaos						
2.4. Titularul activității de seminar	Asist. Univ. drd. Hăisan Petronela Lăcrămioara						
2.5. Anul de studiu	II	2.6. Semestrul	II	2.7. Tipul de evaluare (E/C/VP)	E	2.8. Regimul disciplinei (O – obligatorie, Op – opțională, F – facultativă)	O

3. Timpul total estimat

3.1. Număr ore pe săptămână	4	din care: 3.2. curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5. curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					15
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					15
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					2
Examinări					2
Alte activități					-
3.7 Total ore studiu individual	44				
3.8 Total ore din planul de învățământ	56				
3.9 Total ore pe semestru	100				
3.10 Numărul de credite	4				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	
4.2. de competențe	

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Sală de curs dotată cu aparatură de videoproiecție
5.2. de desfășurarea a seminarului/laboratorului	Laborator dotat corespunzător cerințelor, videoproiector, mese, scaune, aparatură specială, materiale și consumabile.

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	Competențe explicitate prin descriptorii de nivel
C3 Evaluarea clinică primară (funcțională) și diagnoza nevoilor de intervenție kinetoterapeutică.	<p>C3.1 Identificarea conceptelor referitoare la evaluarea clienților și la diagnoza nevoilor lor de intervenție kinetoterapeutică.</p> <p>C3.2 Explicarea și interpretarea diferitelor tipuri de evaluare a nevoilor clienților prin aplicarea cunoștințelor de bază.</p> <p>C3.3 Proiectarea și planificarea evaluării clienților și a diagnozei nevoilor lor de intervenție kinetoterapeutică</p> <p>C3.4 Identificarea și alegerea criteriilor de apreciere a calității proceselor de evaluare și de diagnoză a nevoilor de intervenție kinetoterapeutică.</p> <p>C3.5 Realizarea unor demersuri practice de evaluare și diagnoză a nevoilor de intervenție kinetoterapeutică ale clienților, cu validarea nevoilor de intervenție identificate.</p>
C4 Realizarea programelor de intervenție kinetoterapeutică, cu caracter profilactic, curativ sau de recuperare.	<p>C4.1 Analiza teoriilor care fundamentează strategiile kinetoterapeutice și modalitățile de aplicare a programelor de intervenție kinetoterapeutică</p> <p>C4.2 Explicarea și interpretarea variatelor aspecte asociate cu implementarea programelor de intervenție kinetoterapeutică.</p> <p>C4.3 Aplicarea unor principii și metode de bază pentru realizarea de intervenții kinetoterapeutice</p> <p>C4.4 Alegerea și utilizarea unor criterii de apreciere a calității soluțiilor posibile de intervenție kinetoterapeutică în diverse contexte.</p> <p>C4.5 Realizarea unor programe de intervenție kinetoterapeutică adaptate nevoilor clienților și situațiilor concrete de aplicare.</p>
Competențe transversale	-

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Formarea de specialiști în domeniu.
	<p>Cunoașterea altor domenii conexe.</p> <p>Capacitatea de a argumenta convingător un punct de vedere.</p> <p>Capacitatea de comunicare (cu colegii, superiorii etc.) Capacitatea de a lucra în echipă.</p> <p>Abilitatea de a scrie și vorbi într-o limbă străină.</p>
	Utilizarea tehnologiei informatice moderne
7.2 Obiectivele specifice	<p>Capacitatea de a descrie, explica și demonstra elementele folosite în domeniul Kinetoprofilaxiei secundare și terțiare.</p> <p>Capacitatea de a crea exerciții și programe care să corespundă procedurilor specifice domeniului. Abilitatea de a evalua și valorifica efectele kinetoprofilaxiei asupra diferitelor categorii de vârstă și grupe socio-profesionale</p>

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
Curs 1 Kinetoprofilaxia: definiție, terminologie, clasificare. – 2 ore	Prelegere, discutii	
Curs 2 Fitness-ul - componentă de bază a kinetoprofilaxiei, testarea aparatului mio-artro-kinetic – 2 ore	Prelegere, discutii	
Curs 3 Substratul morfo-fiziologic al exercițiului fizic. Efectele exercițiului fizic și al antrenamentului asupra organismului – 2 ore	Prelegere, discutii	
Curs 4 Formarea și educarea atitudinii corecte a corpului. Atitudinea corectă a corpului în poziții și acte motrice – 2 ore	Prelegere, discutii	
Curs 5 Kinetoprofilaxia secundară a deficiențelor globale de atitudine a corpului. – 2 ore	Prelegere, discutii	
Curs 6 Kinetoprofilaxia secundară a deviațiilor coloanei vertebrale – 2 ore	Prelegere, discutii	
Curs 7 Kinetoprofilaxia secundară în bolile aparatului cardiovascular: cardiopatia ischemică cronică, ateroscleroza etc. – 2 ore	Prelegere, discutii	
Curs 8 Kinetoprofilaxia terțiară în bolile aparatului cardiovascular: cardiopatia ischemică cronică, ateroscleroza – 2 ore	Prelegere, discutii	
Curs 9 Kinetoprofilaxia secundară pe grupe de vârstă – 2 ore	Prelegere, discutii	
Curs 10 Kinetoprofilaxia secundară și terțiară în boli de nutriție și metabolism: diabet, obezitate – 2 ore	Prelegere, discutii	
Curs 11 Kinetoprofilaxia secundară și terțiară în boli ale aparatului respirator – 2 ore	Prelegere, discutii	
Curs 12 Kinetoprofilaxia secundară și terțiară în bolile funcționale ale sistemului nervos – 2 ore	Prelegere, discutii	

Curs 13 Kinetoprofilaxia secundara si terciara in patologia sportiva – 2 ore	Prelegere, discutii	
Curs 14 Kinetoprofilaxiia in statiunea balneara – 2 ore	Prelegere, discutii	
Bibliografie 1. Oravițan M. - Noțiuni de kinetoprofilaxie, Editura Eurobit, 2007; 2. Sbenge T. - Kinetologie: știința mișcării, Editura Medicală, București, 2002; 3. Șerbescu C. - Kinetoprofilaxie primară. Biologia condiției fizice, Editura Universității din Oradea, 2000.. 4. Sbenge T. - Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare, Editura Medicală, București, 1981;		
Seminar-laborator	Metode de predare	
Seminar 1 Testarea globală a capacității de efort – 2 ore	Explicație, Realizarea practică a unor teste specifice	
Seminar 2 Testarea globală și analitică a aparatului locomotor – 2 ore	Explicație, demonstrație	
Seminar 3 Kinetoprofilaxia secundară și terțiară în - afecțiuni reumatismale cronice – 2 ore	Realizarea practică a unui program de kinetoprofilaxie secundară și terțiară în patologia abordată	
Seminar 4 Kinetoprofilaxia secundară și terțiară în bolile aparatului locomotor: - tulburări de postură și aliniament – 2 ore	Realizarea practică a unui program de kinetoprofilaxie secundară și terțiară în patologia abordată	
Seminar 5 Metodologia de aplicare stretchingului muscular si al tesutului conjunctiv; exercitii pe grupe musculare; seturi de exercitii ptr kinetoprofilaxie, aplicatii practice – 2 ore	Realizarea practică a unui program de kinetoprofilaxie secundară și terțiară în patologia abordată	
Seminar 6 Kinetoprofilaxia secundară și terțiară în bolile aparatului cardiovascular: cardiopatia ischemica cronica, ateroscleroza etc. – 2 ore	Realizarea practică a unui program de kinetoprofilaxie secundară și terțiară în patologia abordată	
Seminar 7 Kinetoprofilaxia secundară și terțiară în bolile aparatului cardiovascular: cardiopatia ischemica cronica, ateroscleroza etc. – 2 ore	Realizarea practică a unui program de kinetoprofilaxie secundară și terțiară în patologia abordată	
Seminar 8 Kinetoprofilaxia secundară și terțiară în boli de nutriție și metabolism: diabet, obezitate , profilaxia dislipidemiilor din cadrul aterosclerozei – 2 ore	Explicație, demonstrație, Aplicatie practica	
Seminar 9 Kinetoprofilaxia secundară și terțiară în boli ale aparatului respirator – 2 ore	Explicație, demonstrație	
Seminar 10 Programe de kinetoprofilaxie în obezitate – 2 ore	Explicație, demonstrație, Aplicatie practica	

Seminar 11 Kinetoprofilaxia secundară în bolile funcționale ale sistemului nervos – 2 ore	Realizarea practică a unui program de kinetoprofilaxie secundară și terțiară în patologia abordată	
Seminar 12 Kinetoprofilaxia terțiară în bolile funcționale ale sistemului nervos – 2 ore	Explicație, demonstrație, aplicații practice	
Seminar 13 Programe de antrenament pentru profilaxia traumatismelor în sport – 2 ore	Explicație, demonstrație	
Seminar 14 Programe de kinetoprofilaxie în stațiunea balneară – 2 ore	Explicație, demonstrație	
Bibliografie <ol style="list-style-type: none"> 1. Oravițan M. (2007) - <i>Noțiuni de kinetoprofilaxie</i>, Editura Eurobit, 2. Balint, T. (2006), <i>Kinetoterapia – o alternativă în combaterea obezității</i>, Editura EduSoft, Bacău; 3. Șerbescu C. (2000) - <i>Kinetoprofilaxie primară. Biologia condiției fizice</i>, Editura Universității din Oradea 4. Fozza, A. C., (2003), <i>Îndrumar pentru corectarea deficiențelor fizice</i>, Editura Fundației de Mâine, București; 5. Crăciun, M., 2002, <i>Kinetoprofilaxie, curs – ID</i>, Bacău; 6. Sbenghe T. (1981) - <i>Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare</i>, Editura Medicală, București 		

9. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității epistemice, asociațiilor profesionale și angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Disciplina raspunde prin continuturi, cerintelor reprezentantilor comunitatii, asociatiilor profesionale si a angajatorilor, aspect dovedit prin fisa disciplinei

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	<i>Examen final</i>	Evaluare scrisa – tip grila	50%
10.5 Seminar/laborator	- <i>Verificare pe parcurs</i>	- nota obținută la forma de evaluare continuă	25%
	- <i>Activitate la laborator</i>	- nota pentru activități aplicative	25%
10.6 Standard minim de performanță: îndeplinirea standardelor minime prevăzute			Nota min. 5
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Alcătuirea, aplicarea și monitorizarea unui program kinetic, cu scopuri și obiective bine precizate, utilizându-se tehnici și metode adecvate. ➤ Cerinte pentru promovare Prezenta: ➤ la curs nu este obligatorie, insa se acorda un punct in plus la nota finala celor care au frecventat cel putin 10 cursuri; ➤ la LP-uri, studentul trebuie sa aiba cel putin 10 prezente in cazul in care nu lucreaza si 5 prezente in cazul in care lucreaza (se demonstreaza calitatea de angajat printr-o adeverinta eliberata de la locul de munca). <p>Nota finala:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ este compusa din 50% examenul scris (la care studentul trebuie sa obtina minim nota 5) si 50% LP-uri (la care studentul trebuie sa obtina minim nota 5) <p style="text-align: center;">NOTA MINIMA PENTRU PROMOVARE ESTE 5</p>			

Data completării
.01/10/2020

Semnătura titularului de curs

Semnătura titularului de seminar

Data avizării în departament
1.10.2020

Semnătura director de departament