

**FIȘA DISCIPLINEI**

**Anul universitar 2024-2025**

**Anul de studiu II / Semestrul I**

**Legendă:**

-scris cu negru - formatul standard al fișei disciplinei

-scris cu albastru - sugestii operaționale pentru elaborarea fișei.

**1. Date despre program**

1.1. Instituția de învățământ superior	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/calificari COR/grupă de bază ESCO*	Kinetoterapie și Motricitate Specială / Kinetoterapeut cod COR 22640 / Profesor cultură fizică medicală cod COR 226406 / Fiziokinetoterapeut cod COR 226401

\* conform Planului de învățământ

**2. Date despre disciplină**

2.1. Denumirea disciplinei	<b>Elemente de fizioterapie</b>		<b>2.2. Cod disciplină</b>				
2.3. Titularul activității de curs	Conferentiar dr. Mavritsakis Nikolaos						
2.4. Titularul activității de seminar / laborator	Asis. Dr. Adela Neamțu-Popescu						
2.5. Anul de studiu	<b>II</b>	2.6. Semestrul	<b>3</b>	2.7. Tipul de evaluare (E/C/VP)	<b>E</b>	2.8. Regimul disciplinei (O – obligatorie, Op – opțională, F – facultativă)	<b>O</b>

**3. Timpul total estimat**

3.1. Numar ore pe saptamana	3	din care: 3.2. curs	<b>1</b>	3.3. seminar/laborator	<b>2</b>
3.4. Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5. curs	<b>14</b>	3.6. seminar/laborator	<b>28</b>
Distribuția fondului de timp					ore
a. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					<b>25</b>
b. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					<b>20</b>
c. Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					<b>10</b>
d. Tutoriat					-
e. Examinări					<b>3</b>
f. Alte activități universitare (vizite de studiu, consultații proiecte, etc.) .....					-

3.7 Total ore studiu individual (a+b+c)	58
3.8 Total ore activități universitare (d+e+f+3.4)	42
3.9 Total ore pe semestru (3.7+3.8)	100
3.10 Numărul de credite**	4

\* 1 credit = 25 ore

\*\*Se recomandă ca 3.7 să fie mai mare sau egal cu 3.8

**4. Precondiții (acolo unde este cazul)**

4.1. de curriculum	-nu e cazul
4.2. de competențe	-nu e cazul

**5. Condiții (acolo unde este cazul)**

5.1. de desfășurare a cursului	<i>Cursul se va desfășura în sală de curs dotată cu videoproiector și materiale specifice, studenții prezentându-se la timp, nefiind tolerată întârzierea acestora întrucât aceasta se dovedește disruptivă la adresa procesului educațional, iar telefoanele mobile vor fi închise nefiind tolerate convorbirile telefonice și conversațiile pe site-urile de socializare în timpul cursului, nici părăsirea de către studenți a sălii de curs în vederea preluării apelurilor telefonice personale. Prezența conform Regulamentului privind activitatea profesională a studenților, capitolul III</i>
5.2. de desfășurarea a seminarului/laboratorului	<i>-Studenții își vor desfășura activitatea de la seminar în laborator dotat cu materiale auxiliare pentru demonstrații, în echipament corespunzător și vor respecta aceleași condiții de participare ca și la curs. Prezența conform</i>

Regulamentului privind activitatea profesională a studenților, capitolul III, art. 25.

## 6. Competențe specifice acumulate

<p><b>Competențe/rezultate ale învățării</b></p> <p>C.1 Proiectarea modulară (Kinetoterapie și motricitate specială, Sport și performanță motrică, Educație fizică și sportivă) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară.</p> <p>C.4 Realizarea programelor de fizioterapie cu caracter profilactic, curativ și de recuperare.</p> <p>C.5. Utilizarea metodelor și tehnicilor de fizioterapie</p>	<p><i>C1.1 Descrierea și utilizarea adecvată în comunicarea profesională a conceptelor, teoriilor, tehnicilor și metodelor specifice kinetoterapiei. C1.2 Operaționalizarea conceptelor cheie din domeniul kinetoterapiei, formularea de ipoteze pentru explicarea și interpretarea unor variate tipuri de situații asociate cu intervenția kinetoterapeutică. C1.3 Identificarea tehnicilor și metodelor de intervenție kinetoterapeutică adecvate unor contexte specifice. C1.4 Identificarea și selectarea metodelor adecvate de evaluare a eficienței și eficacității programelor de intervenție kinetoterapeutică. C1.5 Proiectarea și planificarea unui program de intervenție kinetoterapeutică ce presupune utilizarea unor principii și metode clasice, cu valoare recunoscută în domeniu.</i></p> <p><i>C.4..1 Identificarea și explicarea conceptelor, teoriilor și modelelor specifice curriculum-ului integrat. C.4..2 Utilizarea cunoștințelor fundamentale și de specialitate pentru explicarea și interpretarea stărilor de sănătate și de boală ale indivizilor aflați în diverse etape de vârstă și în variate contexte socio-profesionale.</i></p> <p><i>C.4.3 Identificarea și aplicarea într-o manieră critică a unor principii de bază pentru dezvoltarea unor strategii de rezolvare a problemelor asociate intervenției. kinetoterapeutice (abilități de gândire critică, de luare a deciziilor și de rezolvare de probleme). CC.4.4 Realizarea unui raționament corect de evaluare a calității unor programe de intervenție kinetoterapeutică, prin utilizarea cunoștințelor teoretice. CC.4.5 Selectarea cunoștințelor teoretice relevante pentru realizarea managementului clinico-terapeutic al beneficiarilor serviciilor de kinetoterapie. C5.1 - Demonstrarea cunoașterii temeinice a principiilor fundamentale de ale fizioterapiei C5.2 – capacitatea de a utiliza elementele de fizioterapie în domeniul recuperării medicale C5.3 – capacitatea rezolvării unor probleme de sănătate legate de domeniul kinetoterapiei bazată pe elemente de fizioterapie C5.4- Realizarea de activități de cercetare cu finalitate practică</i></p>
<p>Competențe transversale</p>	<p>----</p>

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

<p>7.1 Obiectivul general al disciplinei</p>	<p>- <i>Prezentarea conținutului, structurii și noșonimiei specialității Fizioterapie</i></p> <p>- <i>Încadrarea sistematică a principalelor tipuri de patologie necesitând de recuperare, inclusiv deprinderea modului corect de selecție a pacienților beneficiari de reabilitare; indicații, limite și contraindicații</i></p> <p>- <i>Deprinderea abordării corecte, pe baza de evaluare clinico-paraclinică și funcțională (bine însușită) a pacientului necesitând de reabilitare și a capacității de a-l integra într-un program de recuperare complexă în echipa multi/inter-disciplinara, cu obiective rezultate pe baza datelor rezultate din utilizarea de metode moderne de evaluare specifică</i></p> <p>- <i>prezentarea demersurilor terapeutic-recuperatorii de baza (definire, sistematizare, mecanisme de acțiune, efecte valorificabile în activitatea clinică, aplicabilitate) Formarea de specialiști în domeniu.</i></p> <p>- <i>Cunoașterea altor domenii conexe.</i></p> <p>- <i>Capacitatea de a argumenta convingător un punct de vedere.</i></p> <p>- <i>Capacitatea de comunicare (cu colegii, superiorii etc.)</i></p> <p>- <i>Capacitatea de a lucra în echipă.</i></p> <p>- <i>Utilizarea tehnologiei.</i></p>
<p>7.2 Obiectivele specifice</p>	<p><i>Capacitatea de a descrie, explica și demonstra elementele folosite în domeniul fizioterapiei . Capacitatea de a folosi elementele fizioterapiei. Capacitatea de a aplica metode de fizioterapie. Abilitatea de a valorifica efectele fizioterapiei asupra diferitelor patologii. Generalizarea și sinteza valorilor teoretice rezultate din alte științe. Formarea de atitudini explicite în ceea ce privește condițiile și mijloacele prin care poate fi obținută și menținută starea individuală de sănătate..</i></p>

## 8. Conținuturi\*

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
<p><i>CURSUL I.</i></p> <p><i>Elemente introductive</i></p> <p><i>Istoric</i></p> <p><i>CURSUL II.</i></p> <p><i>Masajul</i></p> <p><i>CURSUL III.</i></p> <p><i>Masajul terapeutic</i></p> <p><i>CURSUL IV.</i></p>	<p><i>Curs interactiv</i></p>	<p><i>1 ora / curs</i></p>

<p><i>Exercitiul fizic</i></p> <p><b>CURSUL V.</b>  <i>Impachetarile</i>  - Împachetari uscate  - Împachetari umede  - Împachetări cu nămol  - Împachetări cu parafină  - Împachetări anicelulitice</p> <p><b>CURSUL VI.</b>  <i>Apa - Hidroterapia Curs interactiv</i></p> <p><b>CURSUL VII.</b>  <i>Caldura –Termoterapia,Crioterapia Curs interactiv</i></p> <p><b>CURSUL VIII.</b>  <i>Recapitulare Curs interactiv</i></p> <p><b>CURSUL IX.</b>  <i>Electroterapia Curs interactiv</i></p> <p><b>CURSUL X.</b>  <i>Fototerapia</i>  <i>Laserterapia</i>  <i>Curs interactiv</i></p> <p><b>CURSUL XI.</b>  <i>Recapitulare</i>  <i>Curs interactiv</i></p> <p><b>CURSUL XII.</b>  <i>Balneologia Curs interactiv</i></p> <p><b>CURSUL XIII.</b>  <i>Elemente naturale Curs interactiv</i></p> <p><b>CURSUL XIV.</b>  <i>Recapitulare finala</i>  <i>Curs interactiv</i></p>		
<p><b>Bibliografie</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Prof.univ.dr. Doina Marza Danila. Bazele Generale ale kinetoterapiei .Universitatea "Vasile Alecsandri" din Bacau ..Note de curs 2012-2013.</li> <li>2.Motet, D., 2009, Dicionar de kinetoterapie, vol. 1, Editura Axa, Bucuresti</li> <li>3.Motet, D., 2001, Bazele kinetoterapiei, vol. I, Universitatea din Bacău</li> <li>4.Motet, D., (2009), Enciclopedia de kinetoterapie, vol. 1, Editura Semne, Bucuresti</li> <li>5.Marcu, V., (1997),</li> <li>5,Bazele teoretice si practice ale exercitiilor fizice în kinetoterapie, Editura Universității din Oradea</li> <li>6.Motet, D. (coord.), (1997),</li> <li>6,Îndrumător terminologic pentru studentii sectiilor de kinetoterapie, Editura Desteptarea, Bacău</li> <li>7.Motet, D. si Mârza, D., (1995), Bazele teoretico-metodice ale exercitiului fizic (Activități motrice), Note de curs, Universitatea din Bacău</li> <li>8.KINETOTERAPIE ACTIVĂ, EXERCİȚII TERAPEUTICE, PLAS, F. HAGRON, E. , POLIROM, IAȘI, 2001</li> <li>9. MASAJUL IN KINETOTERAPIE: MASAJUL TERAPEUTIC CLASIC, TEHNICI DE MASAJ REFLEX, TEHNICI COMPLEMENTARE, SIDENCO, Elena-Luminita, FUNDATIEI "ROMANIA DE MAINE", BUCUREȘTI, 2003</li> <li>10. TERAPEUTICA MEDICALA, UNGUREANU, Gabriel`COVIG, Maria, POLIROM, IAȘI 2000.</li> <li>11. Masajul therapeutic, Tioshi, O.Wu, 2003.</li> <li>12. CULTURA FIZICA SI SANATATEA, DRAGAN, Ion, MEDICALĂ, BUCUREȘTI, 1965.</li> <li>13. KINESIOLOGY FOR OCCUPATIONAL THERAPY, RYBSKI, Melinda F., SLACK Incorporated, Thorofare, NJ, U.S.A., 2012</li> <li>14. REABILITAREA FUNCTIONALA A GENUNCHIULUI CU UN LIGAMENT INCRUCISAT ANTERIOR DEFICITAR, BOCA, Ioan-Cosmin, SITECH, CRAIOVA 2014.</li> <li>15. EVALUAREA MUSCULO-ARTICULARA. MEMBRUL INFERIOR, BOCA, Ioan-Cosmin, SITECH, CRAIOVA 2013.</li> <li>16. TEHNICI KINETOLOGICE PENTRU CRESTEREA FORTEI SI A REZISTENTEI MUSCULARE, BOCA, Ioan-Cosmin, SITECH, CRAIOVA 2015.</li> <li>17. ACTIVITATI SPORTIVE PENTRU PERSOANE CU DIZABILITATI, BOCA, Ioan-Cosmin, SITECH, CRAIOVA 2015.</li> <li>18. INDRUMAR METODIC PENTRU KINETOTERAPIE CU MIJLOACE ASOCIATE DIN EDUCATIA FIZICA: Gimnastica posttraumatica, II, GANCIU, Mihaela, UNIVERSITATEA DIN BUCURESTI, BUCURESTI 2016</li> <li>19. KINETOLOGIE, NOTE DE CURS, DAN MIRELA, S.N, ARAD, 2012</li> </ol>		
<p><b>8.2. Seminar-laborator</b></p>		
<p><b>SEMINAR/LABORATOR I.</b>  <i>Principii</i>  <i>Istoric</i></p> <p><b>SEMINAR/LABORATOR II.</b>  -Reguli care trebuie respectate de persoana care dorește să fie masată;  - Spațiul și mobilierul  - Pregătirea și abilitățile unui bun masor</p>	<p>CONVERSATIA.APLICAREA  PRACTICA A CUNOSTIINTELOR  TEORETICE DOBANDITE LA  CURS.</p>	<p>2 ore/seminar  Sala - Skit</p>

<p>- Reguli de igiena  - Reguli metodice  - Mijloace ajutatoare - Indicatii si Contraindicatii - Tipuri de masaj - Intocmirea documentelor de evidenta - Planificarea sedintelor de masaj - Procedee de masaj</p> <p>SEMINAR/LABORATOR III.  Indicatii si Contraindicatii  Efectele fiziologice ale masajului  Influentele masajului asupra organismului  Masajul in afectiunile reumatismale  Masajul in afectiunile traumatice ale aparatului locomotor  Masajul in afectiunile sistemului nervos  Masajul in afectiunile circulatorii  Masajul in obezitate si celulita  Masajul in afectiuni respiratorii  Masajul in afectiuni ale pielii</p> <p>SEMINAR/LABORATOR IV  Consideratii generale despre exercitiul fizic  Continutul exercitiului fizic  Forma exercitiului fizic  Relatia intre continutul si forma exercitiului fizic  Exercitiul fizic terapeutic</p> <p>SEMINAR/LABORATOR V.  Impachetari uscate  Impachetari umede  Impachetari cu namol – proprietati, metoda de aplicare, indicatii, contraindicatii, efecte, patologii  Impachetari cu parafina - proprietati, metoda de aplicare, indicatii, contraindicatii, efecte, patologii  Impachetari anticelulitice in termocuverta - proprietati, metoda de aplicare, indicatii, contraindicatii, efecte, patologii</p> <p>SEMINAR/LABORATOR VI.  Hidroterapia  Hidrokinetoterapia  Ape minerale  Ape termale  Comprese  Cataplasme  Bai terapeutice</p> <p>SEMINAR/LABORATOR VII  Teroterapia  Crioterapia</p> <p>SEMINAR/LABORATOR VIII.  Recapitulare</p> <p>SEMINAR/LABORATOR IX.  Clasificarea Electroterapiei  Potential de Actiune  Potential de Repaus  Stimulare si Excitabilitate  Raspandirea Curentului in Organism  Modul de penetrare al curentilor in tesuturi  Curentul Galvanic  Ionogalvanizarea  Parametrii  Polaritate  Frecventa  Impulsuri  Modulatia  TENS Cureni de joasa frecventa Curentii de medie frecventa Terapia cu inalta frecventa Terapia cu ultrasunete</p> <p>SEMINAR LABORATOR X .  Fototerapia  Laserterapia</p> <p>SEMINAR / LABORATOR XI  Recapitulare TEST GRILA, PREDAREA PORTOFOLIEULUI DE ACTIVITATE CARE CUPRINDE REFERATELE/STUDIILE INDIVIDUALE INTOCMITE PE PARCURSUL SEMESTRULUI./Microsoft Teams 2 ore</p>		
---	--	--

<p>SEMINAR/LABORATOR XII Balneologia Definitie si caracteristici Efectul presupus asupra bolilor In Romania</p> <p>SEMINAR/LABORATOR XIII Elemente Naturale Ape minerale Lacuri Gaze Namol Climat Saline</p> <p>SEMINAR / LABORATOR XIV Recapitulare TEST GRILA, PREDAREA PORTOFOLIEULUI DE ACTIVITATE CARE CUPRINDE REFERATELE/STUDIILE INDIVIDUALE INTOCMITE PE PARCURSUL SEMESTRULUI Bibliografie</p>		
--	--	--

#### Bibliografie

1. KINETOTERAPIE ACTIVĂ, EXERCIȚII TERAPEUTICE, PLAS, F. HAGRON, E., POLIROM, IAȘI, 2001
2. MASAJUL IN KINETOTERAPIE: MASAJUL TERAPEUTIC CLASIC, TEHNICI DE MASAJ REFLEX, TEHNICI COMPLEMENTARE, SIDENCO, Elena-Luminita, FUNDATIEI "ROMANIA DE MAINE", BUCUREȘTI, 2003
3. TERAPEUTICA MEDICALA, UNGUREANU, Gabriel COVIG, Maria, POLIROM, IAȘI 2000.
4. Masajul therapeutic, Tiohi, O.Wu, 2003.
5. CULTURA FIZICA SI SANATATEA, DRAGAN, Ion, MEDICALĂ, BUCUREȘTI, 1965.
6. KINESIOLOGY FOR OCCUPATIONAL THERAPY, RYBSKI, Melinda F., SLACK Incorporated, Thorofare, NJ, U.S.A., 2012
7. REABILITAREA FUNCTIONALA A GENUNCHIULUI CU UN LIGAMENT INCRUCISAT ANTERIOR DEFICITAR, BOCA, Ioan-Cosmin, SITECH, CRAIOVA 2014.
8. EVALUAREA MUSCULO-ARTICULARA. MEMBRUL INFERIOR, BOCA, Ioan-Cosmin, SITECH, CRAIOVA 2013.
9. TEHNICI KINETOLOGICE PENTRU CRESTEREA FORTEI SI A REZISTENTEI MUSCULARE, BOCA, Ioan-Cosmin, SITECH, CRAIOVA 2015.
10. ACTIVITATI SPORTIVE PENTRU PERSOANE CU DIZABILITATI, BOCA, Ioan-Cosmin, SITECH, CRAIOVA 2015.
11. INDRUMAR METODIC PENTRU KINETOTERAPIE CU MIJLOACE ASOCIATE DIN EDUCATIA FIZICA: Gimnastica posttraumatica, II, GANCIU, Mihaela, UNIVERSITATEA DIN BUCURESTI, BUCURESTI 2016
12. KINETOLOGIE, NOTE DE CURS, DAN MIRELA, S.N, ARAD, 2015
13. Elemente de Fizioterapie, suport de curs, Adela Neamțu-Popescu, 2024

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

Cunoașterea unor elemente de fizioterapie conferă studentului capacitatea de a interveni în tratamentul pacientului. Cunoștințele teoretice și mai ales practice acumulate vor pune bazele asimilării noțiunilor medicale de la disciplinele din anii de studiu precedenți și următori. Conținutul disciplinei este în concordanță cu tratatele, lucrările de specialitate și practică din domeniul kinetoterapiei.

#### 10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Proba de examen va fi cea scrisă, având ca scop verificarea cunoștințelor acumulate pe parcursul semestrului. Notarea va fi de la 1 la 10, cu acordarea unui punct din oficiu. Prezența la cursuri conform Regulamentului privind activitatea profesională a studenților, capitolul III.	Test grilă/examen scris/ eseu	50%
10.5 Seminar/laborator	Formele principale de evaluare la seminarii vor fi: expunerea orală, înșușirea corectă a manoperelor esențiale. Evaluate prin notare de la 1 la 10. Prezența la seminarii conform Regulamentului privind activitatea profesională a studenților, capitolul III, art. 25.	Test grila/ portofoliu simularea unei proceduri	50%

#### 10.6 Standard minim de performanță:

Evaluarea cu calificativ minim promovabil a nivelului de cunoștințe, competențe profesionale și abilități practice, care să îi permită studentului, să integreze aceste cunoștințe în portofoliul profesional, personal, cu efecte benefice asupra componentei practico aplicative, specifică profesiei.

Minimum nota 5 la examenul practic.


Minimum nota 5 la examenul scris.

Prezența conform Regulamentului privind activitatea profesională a studenților, capitolul III, art. 25.

**Data completării**

**Semnătura titularului de curs**

**Semnătura titularului de seminar**



**Data avizării în departament**

**Semnătura directorului de departament**

Anexă la Fișa disciplinei (facultativă)

## ANEXĂ LA FIȘA DISCIPLINEI

### b. Evaluare – mărire de notă

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs			
10.5 Seminar/laborator			
10.6 Standard minim de performanță			
Participarea la 50% din activitățile didactice și însușirea conceptelor de bază.*			
Data completării	Semnătura titularului de curs		Semnătura titularului de seminar

### c. Evaluare – restanță

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Examen	Lucrare scrisă	50%
10.5 Seminar/laborator	Referate, eseuri, proiecte etc.	Prezentare la seminar	50%
10.6 Standard minim de performanță			
Participarea la 50% din activitățile didactice și însușirea conceptelor de bază.*,**			
Data completării	Semnătura titularului de curs		Semnătura titularului de seminar

\*Formulare orientativă

\*\*Dacă disciplina are prevăzute ore de laborator trebuie prevăzute modalitățile de recuperare a acestora.