

**FIȘA DISCIPLINEI**  
**Anul universitar 2019-2020**  
**Anul de studiu II / Semestrul II**

**1. Date despre program**

1.1. Instituția de învățământ	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, profesor cultură fizică medicală

**2. Date despre disciplină**

2.1. Denumirea disciplinei	<b>Kinetoterapie secundară și terciară</b>	2.2. Cod disciplină	KMS II12
2.3. Titularul activității de curs	<b>Conf. univ. dr. Mavritsakis Nikolaos</b>		
2.4. Titularul activității de seminar	<b>Asist. Univ. drd. Hăisan Petronela Lăcrămioara</b>		
2.5. Anul de studiu	<b>II</b>	2.6. Semestrul	<b>II</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. Număr ore pe săptămână	<b>4</b>	din care: 3.2. curs	<b>2</b>	3.3. seminar/laborator	<b>2</b>
3.4. Total ore din planul de învățământ	<b>56</b>	din care: 3.5. curs	<b>28</b>	3.6. seminar/laborator	<b>28</b>
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					<b>22</b>
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					<b>14</b>
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					<b>15</b>
Tutoriat					<b>2</b>
Examinări					<b>3</b>
Alte activități .....					<b>-</b>
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, videoprojector, 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.          Capacitatea de a argumenta convingător un punct de vedere.          Capacitatea de comunicare (cu colegii, superiorii etc.)          Capacitatea de a lucra în echipă.          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
<p><b>Curs 1</b>            Kinetoprofilaxia: definiție, terminologie, clasificare. – 2 ore</p>	Prelegere, discutii	Oravițan M. - Noțiuni de kinetoprofilaxie, Editura Eurobit, 2007
<p><b>Curs 2</b>            Fitness-ul - componentă de bază a kinetoprofilaxiei, testarea aparatului mio-artro-kinetic – 2 ore</p>	Prelegere, discutii	Oravițan M. - Noțiuni de kinetoprofilaxie, Editura Eurobit,
<p><b>Curs 3</b>            Substratul morfo-fiziologic al exercițiului fizic. Efectele exercițiului fizic și al antrenamentului asupra organismului – 2 ore</p>	Prelegere, discutii	Oravițan M. - Noțiuni de kinetoprofilaxie, Editura Eurobit,
<p><b>Curs 4</b>            Formarea și educarea atitudinii corecte a corpului. Atitudinea corectă a corpului în poziții și acte motrice – 2 ore</p>	Prelegere, discutii	Oravițan M. - Noțiuni de kinetoprofilaxie, Editura Eurobit,
<p><b>Curs 5</b>            Kinetoprofilaxia secundară a deficiențelor globale de atitudine a corpului. – 2 ore</p>	Prelegere, discutii	Oravițan M. - Noțiuni de kinetoprofilaxie, Editura Eurobit,
<p><b>Curs 6</b>            Kinetoprofilaxia secundară a deviațiilor coloanei vertebrale – 2 ore</p>	Prelegere, discutii	Oravițan M. - Noțiuni de kinetoprofilaxie

<p><b>Curs 7</b> Kinetoprofilaxia secundară în bolile aparatului cardiovascular: cardiopatia ischemica cronica, ateroscleroza etc. – 2 ore</p>	<p>Prelegere, discutii</p>	<p>Sbenghe T. - Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare, Editura Medicală, București, 1981;</p>
<p><b>Curs 8</b> Kinetoprofilaxia terțiară în bolile aparatului cardiovascular: cardiopatia ischemica cronica, ateroscleroza – 2 ore</p>	<p>Prelegere, discutii</p>	<p>Sbenghe T. - Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare, Editura Medicală, București, 1981;</p>
<p><b>Curs 9</b> Kinetoprofilaxia secundară pe grupe de vârstă – 2 ore</p>	<p>Prelegere, discutii</p>	<p>Sbenghe T. - Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare, Editura Medicală, București, 1981;</p>
<p><b>Curs 10</b> Kinetoprofilaxia secundară și terțiară în boli de nutriție și metabolism: diabet, obezitate – 2 ore</p>	<p>Prelegere, discutii</p>	<p>Sbenghe T. - Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare, Editura Medicală, București, 1981;</p>
<p><b>Curs 11</b> Kinetoprofilaxia secundară și terțiară în boli ale aparatului respirator – 2 ore</p>	<p>Prelegere, discutii</p>	<p>Sbenghe T. - Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare, Editura Medicală, București, 1981;</p>

<p><b>Curs 12</b> Kinetoprofilaxia secundară și terțiară în bolile funcționale ale sistemului nervos – 2 ore</p>	<p>Prelegere, discutii</p>	<p>Sbenghe T. - Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare, Editura Medicală, București, 1981;</p>
<p><b>Curs 13</b> Kinetoprofilaxia secundara si terciara in patologia sportiva – 2 ore</p>	<p>Prelegere, discutii</p>	<p>Sbenghe T. - Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare, Editura Medicală, București, 1981;</p>
<p><b>Curs 14</b> Kinetoprofilaxiia in statiunea balneara – 2 ore</p>	<p>Prelegere, discutii</p>	<p>Sbenghe T. - Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare, Editura Medicală, București, 1981;</p>
<p><b>Bibliografie</b>  1. Oravițan M. - <i>Noțiuni de kinetoprofilaxie</i>, Editura Eurobit, 2007;  2. Sbenghe T. - <i>Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare</i>, Editura Medicală, București, 1981;  3. Sbenghe T. - <i>Kinetologie: știința mișcării</i>, Editura Medicală, București, 2002;  4. Șerbescu C. - <i>Kinetoprofilaxie primară. Biologia condiției fizice</i>, Editura Universității din Oradea, 2000.</p>		

<b>Seminar-laborator</b>	<b>Metode de predare</b>	
<b>Seminar 1</b> Testarea globală a capacității de efort – 2 ore	Explicație, Realizarea practică a unor teste specifice	Sbenghe T. - Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare, Editura Medicală,
<b>Seminar 2</b> Testarea globală și analitică a aparatului locomotor – 2 ore	Explicație, demonstrație	Sbenghe T. - Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare,
<b>Seminar 3</b> Kinetoprofilaxia secundară și terțiară în - afecțiuni reumatismale cronice – 2 ore	Realizarea practică a unui program de kinetoprofilaxie secundară și terțiară în patologia abordată	Sbenghe T. - <i>Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare,</i> Editura Medicală, București, 1981;
<b>Seminar 4</b> 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	Sbenghe T. - <i>Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare,</i> Editura Medicală, București, 1981
<b>Seminar 5</b> Metodologia de aplicare stretchingului muscular și al țesutului conjunctiv; exerciții pe grupe musculare; seturi de exerciții pt kinetoprofilaxie, aplicații practice – 2 ore	Realizarea practică a unui program de kinetoprofilaxie secundară și terțiară în	Sbenghe T. - <i>Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare,</i> Editura
<b>Seminar 6</b> Kinetoprofilaxia secundară și terțiară în bolile aparatului cardiovascular: cardiopatia ischemică cronică, ateroscleroza etc. – 2 ore	Realizarea practică a unui program de kinetoprofilaxie	Sbenghe T. - <i>Kinetologie profilactică, terapeutică</i>
<b>Seminar 7</b> Kinetoprofilaxia secundară și terțiară în bolile aparatului cardiovascular: cardiopatia ischemică cronică, ateroscleroza etc. – 2 ore	Realizarea practică a unui program de kinetoprofilaxie secundară și terțiară în patologia abordată	Sbenghe T. - <i>Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare,</i> Editura Medicală, București
<b>Seminar 8</b> Kinetoprofilaxia secundară și terțiară în boli de nutriție și metabolism: diabet, obezitate, profilaxia dislipidemiilor din cadrul aterosclerozei – 2 ore	Explicație, demonstrație, Aplicație practică	Sbenghe T. - <i>Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare,</i>

<p><b>Seminar 9</b> Kinetoprofilaxia secundară și terțiară în boli ale aparatului respirator – 2 ore</p>	<p>Explicație, demonstrație</p>	<p>Sbenghe T. - Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare, Editura Medicală, București, 1981;</p>
<p><b>Seminar 10</b> Programe de kinetoprofilaxie în obezitate – 2 ore</p>	<p>Explicație, demonstrație, Aplicatie practica</p>	<p>Sbenghe T. - <i>Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare,</i> Editura Medicală, București, 1981;</p>
<p><b>Seminar 11</b> Kinetoprofilaxia secundară și terțiară în bolile funcționale ale sistemului nervos – 2 ore</p>	<p>Realizarea practică a unui program de kinetoprofilaxie secundară și terțiară în patologia abordată</p>	<p>Sbenghe T. - Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare, Editura Medicală, București, 1981;</p>
<p><b>Seminar 12</b> Kinetoprofilaxia terțiară în bolile funcționale ale sistemului nervos – 2 ore</p>	<p>Explicație, demonstrație, aplicatii practice</p>	<p>Sbenghe T. - Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare, Editura Medicală, București, 1981;</p>

<b>Seminar 13</b> Programe de antrenament pentru profilaxia traumatismelor in sport – 2 ore	Explicație, demonstrație	Sbenghe T. - Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare, Editura Medicală, București, 1981;
---	-----------------------------	--



<b>Seminar 14</b> Programe de kinetoprofilaxie in statiunea balneara – 2 ore	Explicație, demonstrație	Sbenghe T. - Kinetologie profilactică , terapeutică și de recuperare, Editura Medicală, București, 1981;
---	-----------------------------	--

#### Bibliografie

1. Oravițan M. - *Noțiuni de kinetoprofilaxie*, Editura Eurobit, 2007;
2. Sbenghe T. - *Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare*, Editura Medicală, București, 1981;
3. Sbenghe T. - *Kinetologie: știința mișcării*, Editura Medicală, București, 2002;
4. Șerbescu C. - *Kinetoprofilaxie primară. Biologia condiției fizice*, Editura Universității din Oradea, 2000. Antonescu, D., Obrascu, C., Oveza, A., (1993), *Corectarea coloanei vertebrale*, Editura Medicală, București;
5. Baci, CL. (1990) *Programe de gimnastică medicală*, Editura Stadion, București;
6. Balint, T. (2006), *Kinetoterapia – o alternativă în combaterea obezității*, Editura EduSoft, Bacău;
7. Cordun, M., (1999), *Kinetologie medicală*, Editura Axxa, București;
8. Crăciun, M., 2002, *Kinetoprofilaxie, curs – ID*, Bacău;
9. Dragnea, A., Bota, A., (1999), *Teoria activităților motrice*, Editura Didactică și Pedagogică, București;
10. Duma, E., (1997), *Deficiențele de dezvoltare fizică*, Editura Argonaut, București;
11. Dumitru, D., (1984), *Reeducarea funcțională în afecțiunile coloanei vertebrale*, Editura Sport-Turism, București;
12. Fozza, A. C., (2003), *Îndrumar pentru corectarea deficiențelor fizice*, Editura Fundației de Mâine, 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	<b>50%</b>
10.5 Seminar/laborator	<i>- Verificare pe parcurs</i>	- nota obținută la forma de evaluare continuă	<b>25%</b>
	<i>- Activitate la laborator</i>	- nota pentru activități aplicative	<b>25%</b>
10.6 Standard minim de performanță: îndeplinirea standardelor minime prevăzute			Nota min. 5

- 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).
  
- Nota finala:**
- 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)

**NOTA MINIMA PENTRU PROMOVARE ESTE 5**

Data completării

.....

Semnătura titularului de curs

.....

Semnătura titularului de seminar

.....

Data avizării în departament

.....

Semnătura director de departament

.....

**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	Evaluare finala	Examen scris	50%
10.5 Seminar/laborator	Verificare pe parcurs	Examen practic	50%
10.6 Standard minim de performanță: îndeplinirea standardelor minime prevăzute			Nota min. 5
In vederea susținerii examenului de mărire de nota, studentul trebuie sa indeplineasca conditiile descrise la punctul 10.6			

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	Evaluare finala	Examen scris	50%
10.5 Seminar/laborator	Verificare pe parcurs	Examen practic	50%
10.6 Standard minim de performanță			
Nu este cazul			

Data completării

Semnătura titularului de curs

Semnătura titularului de seminar