

## FIȘA DISCIPLINEI

## 1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „ȘTEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTERAT
Programul de studii/calificarea	KINETOPRILAXIE, RECUPERARE ȘI MODELARE CORPORALĂ

## 2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	ACTIVITĂȚI MOTRICE ADAPTATE				
Titularul activităților de curs	Conf. univ. dr. Benedek Florian				
Titularul activităților aplicative	Conf. univ. dr. Benedek Florian				
Anul de studiu	I	Semestrul	I	Tipul de evaluare	Examen
Regimul disciplinei	Categoriza formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				DAP
	Categoriza de opționalitate a disciplinei: DI - impusă, DO - opțională, DF - facultativă				DI

## 3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

I a) Număr de ore pe săptămână	2	Curs	1	Seminar	1	Laborator		Proiect	
I b) Totalul de ore pe semestru din planul de învățământ	28	Curs	14	Seminar	14	Laborator		Proiect	

II Distribuția fondului de timp pe semestru:	ore
II a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	30
II b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	25
II c) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	14
II d) Tutoriat	
III Examinări	3
IV Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	69
Total ore pe semestru (Ib+II+III+IV)	100
Numărul de credite	4

## 4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	
Competențe	

## 5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	• resurse materiale: sala de curs, banci, scaune, videoproiector	
Desfășurare aplicații	Seminar	• resurse materiale: Sala de seminar, Calculatoare, Aparatura electronica
	Laborator	
	Proiect	

## 6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	CP1. Promovează incluziunea CP2.Elaborează programe de exerciții fizice pentru combaterea riscurilor pentru sănătate
Competențe transversale	CT1.Acceptă propria responsabilitate

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

Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dezvoltarea unui set complex de competențe necesare specialistului în educație fizică și sport, astfel încât acesta prin cooperare și lucru în echipă să poată elabora și implementa proiecte de cercetare, precum și publica articole relevante în fluxul principal de reviste din domeniu cotate ISI, prin utilizarea metodologiei de cercetare specifică și respectarea aspectelor de etică ale domeniului. CP1, CP2, CT1</li> </ul>
-----------------------------------	--

8. **Conținuturi**

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Delimitări conceptuale (activitate fizică, activitatea motrică, activitatea fizică adaptată, educația fizică adaptată, deficiențe, handicap)	2 ore	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Prezentare Power Point Bibliografie [1] Disponibil la biblioteca USV
2. Educația integrată și echipa multidisciplinară	2 ore		
3. Învățământul special (caracteristici și particularități). Principiile și scopurile învățământului special. Importanța activității motrice desfășurate prin intermediul jocului dinamic în cadrul învățământului special	2 ore	Prelegere	PPT(pus la dispoziție)  Prezentare Power Point
4. Clasificarea deficiențelor. Condiții speciale de desfășurare a activităților fizice. Spații improvizate (caracteristici, particularități și organizare)	2 ore	Prezentare Power Point	PPT(pus la dispoziție)  Bibliografie [1] Disponibil la biblioteca USV
5. Educația fizică și sportul adaptat – activități motrice formative	2 ore	Prelegere Prezentare Power Point	
6. Noțiuni de didactică a educației fizice și sportului adaptat. Obiectivele educației fizice și sportului adaptat	2 ore	Prelegere	
7. Principii și metode didactice în educația fizică și sportul adaptat. Specificul învățării motrice la persoanele cu deficiențe	2 ore	Prelegere	
<b>Bibliografie</b>			
1. Ghervan, P. (2014) Teoria educației fizice și sportului, Ed. Universității Ștefan cel Mare Suceava 2. Cristea D., Ștef M., Dragoș P. (2014) Activități motrice adaptate, Oradea 3. Prodea, C. (2015) Activități motrice adaptate pentru persoanele aflate în condiții speciale, Cluj-Napoca 4. Sbenghe, T. (2002) Kinesologie-știința mișcării, Ed. Medicală, București			
<b>Bibliografie minimală</b>			
1. Ghervan, P. (2014) Teoria educației fizice și sportului, Ed. Universității Ștefan cel Mare Suceava 2. Cristea D., Ștef M., Dragoș P. (2014) Activități motrice adaptate, Oradea			

Aplicații (Seminar / laborator / proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Activitățile motrice adaptate la persoanele cu deficiențe osteo-articulare și musculo-scheletale	4 ore	Intuitive (observarea, demonstrația)	Bibliografie [1] Disponibil la biblioteca USV
2. Activitățile motrice adaptate la persoanele cu deficiențe mintale	2 ore	Practice (exersarea)	
3. Activitățile motrice adaptate la persoanele cu deficiențe de vedere	2 ore	Intuitive (observarea, demonstrația)	Bibliografie [1] Disponibil la biblioteca USV
4. Activitățile motrice adaptate la persoanele cu deficiențe de auz	2 ore		
5. Activitățile motrice adaptate la persoanele cu afecțiuni neurologice	2 ore	Practice (exersarea)	
6. Evaluare practică	2 ore		
<b>Bibliografie</b>			
1. Ghervan, P. (2014) Teoria educației fizice și sportului, Ed. Universității Ștefan cel Mare Suceava 2. Cristea D., Ștef M., Dragoș P. (2014) Activități motrice adaptate, Oradea			

3. Prodea, C. (2015) Activități motrice adaptate pentru persoanele aflate în condiții speciale, Cluj-Napoca
4. Sbenghe, T. (2002) Kinesologie-știința mișcării, Ed. Medicală, București
<b>Bibliografie minimală</b>
1. Ghervan, P. (2014) Teoria educației fizice și sportului, Ed. Universității Ștefan cel Mare Suceava
2. Cristea D., Ștef M., Dragoș P. (2014) Activități motrice adaptate, Oradea

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

- Conținuturile abordate în cadrul disciplinei sunt în concordanță cu structura cursurilor de la universități de prestigiu și acoperă aspecte fundamentale necesare familiarizării cu specificul cercetării în domeniului educației. Competențele de elaborare de studii de cercetare și de proiecte în această direcție dau posibilitatea specialistului în științe ale educației să poată analiza și înțelege, utilizând repere științifice, activitatea educațională concretă și totodată să atragă fonduri pentru propria activitate educațională și de cercetare. Dezvoltarea competențelor de cercetare în educației este un fundament solid pentru un practician reflexiv al activității instructiv-educative. Totodată, un nivel ridicat al competențelor în domeniul cercetării educaționale constituie un avantaj competițional pe piața forței de muncă, posesorul acestora putând participa cu succes la concursuri pe posturi de cercetare, pentru admitere la doctorat sau pe posturi din învățământul superior.

**10. Evaluare**

**10.1 Standard minim de performanță evaluare curs**

**10.2 Standard minim de performanță evaluare la activitatea aplicativă**

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Cunoașterea conceptelor de bază ale sportului adaptat Abilitatea de a rezolva subiectele de examen Dezvoltarea aptitudinilor de a efectua activități pentru perfecționarea și dezvoltarea sa profesională (CP1, CP2, CT1)	<b>Examen scris</b>	<b>50%</b>
Seminar	Evaluarea activității pe parcursul semestrului (CP2, CT1)	- colocviu individual Prezentarea unui proiect individual cu tema la alegere	<b>50%</b>
Laborator			
Proiect			

**Standard minim de performanță pentru nota 5**

- **CURS**
- însușirea principalelor noțiuni, idei specifice disciplinei
- cunoașterea problemelor de bază din domeniu
- parcurgerea bibliografiei minimale
- **SEMINAR**
- participarea la activitățile practice cu echipament adecvat și îndeplinirea sarcinilor de lucru
- realizarea temelor de lecție la aplicațiile practice

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de seminar
18.09.2024		

Data avizării în departament	Semnătura responsabilului de program
20.09.2024	Conf. univ.dr. VIZITIU LAKHDARI Elena

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
27.09.2024	Conf. univ.dr. GROSU Bogdan

Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului
27.09.2024	Prof. univ.dr. LEUCIUC Florin

## FIȘA DISCIPLINEI

(masterat)

## 1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „Stefan cel Mare” din SUCEAVA
Facultatea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTERAT
Programul de studii/calificarea	KINETOPRILAXIE, RECUPERARE ȘI MODELARE CORPORALĂ

## 2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	BIOFIZICA SI BIOMECANICA				
Titularul activităților de curs	Conf. univ. dr. Benedek Florian				
Titularul activităților aplicative	Conf. univ. dr. Benedek Florian				
Anul de studiu	I	Semestrul	I	Tipul de evaluare	Examen
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				DAP
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DI - impusă, DO - opțională, DF - facultativă				DI

## 3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

I.a) Număr de ore, pe săptămână	2	Curs	1	Seminar	1	Laborator		Proiect	
I.b) Totalul de ore (pe semestru) din planul de învățământ	28	Curs	14	Seminar	14	Laborator		Proiect	

II. Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	20
II.b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	20
II.b) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	29
II.d) Tutoriat	
III. Examinări	3
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	69
Total ore pe semestru (I.b+II+III+IV)	100
Numărul de credite	4

## 4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	•
Competențe	

## 5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	• resurse materiale: sala de curs, banci, scaune, videoproiector
Desfășurare aplicații	Seminar • resurse materiale: Sala de seminar, Calculatoare, Aparatura electronica
	Laborator •
	Proiect •

## 6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	• CP1. Promovează incluziunea • CP4. Contribuie la procesul de reabilitare
Competențe transversale	• CT2. Utilizează diferite canale de comunicare

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

Obiectivul general al disciplinei	Dezvoltarea unui set complex de competențe necesare specialistului în educație fizică și sport, astfel încât acesta prin cooperare și lucru în echipă să poată elabora și implementa proiecte de cercetare, precum și publica articole relevante în fluxul principal de reviste din domeniu cotate ISI, prin utilizarea metodologiei de cercetare specifică și respectarea aspectelor de etică ale domeniului. (CP1, CP4,
-----------------------------------	---

		CT2)
Obiectivele specifice	Curs	Cunoașterea conceptelor de bază referitoare la elementele de biofizică și biomecanică (CP1, CP4)
	Seminar	- Înzestrarea studenților cu cunoștințe și priceperi pentru a putea interveni cu succes în situațiile care necesită acest lucru. (CP4, CT2)
	Lucrări practice	
	Proiect	

### 8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
<ul style="list-style-type: none"> <li>• BIOFIZICĂ</li> <li>• Arhitectura celulei, Noțiuni de termodinamică și fizică statică</li> <li>• Bazele termodinamice ale reacțiilor biochimice</li> <li>• Mișcări aleatoare. Difuzia</li> <li>• Curgerea fluidelor. Comportarea la nivel microscopic</li> <li>• Echilibrul ionic și apos</li> <li>• Structura apei și efectele de hidratare</li> <li>• Termodinamica fluxurilor</li> <li>• BIOMECHANICĂ</li> <li>• Introducere în biomecanică</li> <li>• Principii fundamentale ale mecanicii aplicată la activitatea motorie umană</li> <li>• Cinematica</li> <li>• Statica</li> <li>• Dinamica</li> <li>• Metode pentru determinarea centrului de greutate al corpului</li> <li>• Analiza biomecanică cu ajutorul cinematografeiei</li> </ul>	14 ora 2 ore  2 ore 2 ore  2 ore 2 ore  2 ore 2 ore  2 ore 2 ore	Verbale (expunerea, explicația, conversația),   Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Prezentare Power Point, suport de curs pe classroom PPT(pus la dispoziție) suport de curs pe classroom Prezentare Power Point, curs la biblioteca pag. 5-22 [5] PPT(pus la dispoziție) curs la biblioteca [5]  PPT(pus la dispoziție) curs la biblioteca [5]
<b>Bibliografie</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Roland Glaser – Biophysics Springer Berlin 2000</li> <li>2. Zves Thomas Bases de biophysique generale Herman Paris 2001</li> <li>3. Petrescu Emil Cristina Cîrtoaje – Complimente de Biofizică 2011</li> <li>4. A., Iliescu – Biomecanica exercițiilor fizice. Editura Stadion, 1970.</li> <li>5. Benedek F. – Biomecanica, Editura PIM, Iași, 2009</li> <li>6. T., Maros – Curs de anatomie. Editura I.M.F. Tg. Mureș, 1968</li> <li>7. M., Ifrim, A., Iliescu – Anatomia și biomecanica educației fizice și sportului. Editura Didactică și Pedagogică, București 1978.</li> <li>8. C., Baci – Aparatul locomotor. Editura Medicală. București 1981</li> </ol>			
<b>Bibliografie minimala</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Roland Glaser – Biophysics Springer Berlin 2000</li> <li>2. Zves Thomas Bases de biophysique generale Herman Paris 2001</li> <li>3. Petrescu Emil Cristina Cîrtoaje – Complimente de Biofizică 2011</li> <li>4. A., Iliescu – Biomecanica exercițiilor fizice. Editura Stadion, 1970.</li> <li>5. Benedek F. – Biomecanica, Editura PIM, Iași, 2009</li> </ol>			

Aplicații (Seminar / laborator / proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Mecanisme generale ale biofizicii (2 ore)	2 ore	Intuitive (observarea, demonstrația)	PPT(pus la dispoziție), suport de curs
2. Elemente de termodinamică (2 ore)	2 ore		PPT(pus la dispoziție)
3. Elemente de curgere a fluidelor (2 ore)	2 ore	Practice (exersarea)	
4. Bazele generale ale biomecanicii (2 ore)	2 ore	Intuitive (observarea, demonstrația)	
5. Mecanisme generale ale locomoției (2 ore)	2 ore	Practice (exersarea)	
6. Biomecanica mersului (2 ore)	2 ore		
7. Biomecanica alergării (2 ore)	2 ore		
<b>Bibliografie</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Roland Glaser – Biophysics Springer Berlin 2000</li> <li>2. Zves Thomas Bases de biophysique generale Herman Paris 2001</li> <li>3. Petrescu Emil Cristina Cîrtoaje – Complimente de Biofizică 2011</li> <li>4. A., Iliescu – Biomecanica exercițiilor fizice. Editura Stadion, 1970.</li> <li>5. Benedek F. – Biomecanica, Editura PIM, Iași, 2009</li> </ol>			

6. T., Maros – Curs de anatomie. Editura I.M.F. Tg. Mureș, 1968
7. M., Ifrim, A., Iliescu – Anatomia și biomecanica educației fizice și sportului. Editura Didactică și Pedagogică, București 1978.
8. C., Baciuc – Aparatul locomotor. Editura Medicală. București 1981

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

- Conținuturile abordate în cadrul disciplinei sunt în concordanță cu structura cursurilor de la universități de prestigiu și acoperă aspecte fundamentale necesare familiarizării cu specificul cercetării în domeniul educației. Competențele de elaborare de studii de cercetare și de proiecte în această direcție dau posibilitatea specialistului în științe ale educației să poată analiza și înțelege, utilizând repere științifice, activitatea educațională concretă și totodată să atragă fonduri pentru propria activitate educațională și de cercetare. Dezvoltarea competențelor de cercetare în educației este un fundament solid pentru un practician reflexiv al activității instructiv-educative. Totodată, un nivel ridicat al competențelor în domeniul cercetării educaționale constituie un avantaj competițional pe piața forței de muncă, posesorul acestora putând participa cu succes la concursuri pe posturi de cercetare, pentru admitere la doctorat sau pe posturi din învățământul superior

**10. Evaluare**

**10.1 Standard minim de performanță evaluare curs**

**10.2 Standard minim de performanță evaluare la activitatea aplicativă**

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Cunoașterea conceptelor de bază ale biomecanicii și biofizicii Abilitatea de a rezolva subiectele de examen Dezvoltarea aptitudinilor de a efectua activități pentru perfecționarea și dezvoltarea sa profesională (CP1, CP4, CT2)	- examen scris	<b>50%</b>
Seminar	Participarea la dezbateri și evaluarea la testul scris Prezentare de referat pentru recuperare în afecțiuni specifice (CP4, CT2)	- colocviu individual Prezentarea unui proiect individual cu tema la alegere	<b>50%</b>
Laborator			
Proiect			

**Standard minim de performanță**

Studentii sportivi de performanță și studenții angajați cu contract de muncă în domeniul studiilor vor putea beneficia de echivalarea activităților în domeniile respective, în funcție de nivelul de practicare / calificare, numai pe bază de cerere scrisă avizată de titularul de disciplină și aprobată de directorul de departament, dacă cererea este însoțită de adeverința eliberată de clubul sportiv / federația sportivă națională / angajator.

**Standard minim de performanță, nota 5 CURS**

- însușirea principalelor noțiuni, idei specifice disciplinei;
- cunoașterea problemelor de bază din domeniu;
- parcurgerea bibliografiei minimale;
- **SEMINAR**
- participarea la activitățile practice cu echipament adecvat și îndeplinirea sarcinilor de lucru;

realizarea temelor de lecție la aplicațiile practice

**Standard pentru nota 10**

Cunoașterea conceptelor de bază din domeniu

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de seminar
18.09.2024		

Data avizării în departament	Semnătura responsabilului de program
20.09.2024	Conf. univ.dr. VIZITIU LAKHDARI Elena

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
27.09.2024	Conf. univ.dr. GROSU Bogdan

Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului
27.09.2024	Prof. univ.dr. LEUCIUC Florin

**FIȘA DISCIPLINEI**  
(masterat)

**1. Date despre program**

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „ȘTEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTER
Programul de studii	KINETOPROFILAXIE, RECUPERARE ȘI MODELARE CORPORALĂ

**2. Date despre disciplină**

Denumirea disciplinei	METODE DE RECUPERARE ȘI MODELARE CORPORALĂ PRIN FITNESS				
Titularul activităților de curs	PROF. UNIV. DR. FLORIN LEUCIUC				
Titularul activităților de seminar	LECTOR UNIV. DR. LARIONESCU VIRGIL				
Anul de studiu	I	Semestrul	I	Tipul de evaluare	E
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				<b>DAP</b>
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DI - impusă, DO - opțională, DF - facultativă				<b>DI</b>

**3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)**

I.a) Număr de ore, pe săptămână	2	Curs	1	Seminar		Lucrări practice	1	Proiect	
I.b) Totalul de ore (pe semestru) din planul de învățământ	28	Curs	14	Seminar		Lucrări practice	14	Proiect	

II. Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	30
II.b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	14
II.b) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	25
II.d) Tutoriat	
III. Examinări	3
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	69
Total ore pe semestru (I.b+II+III+IV)	100
Numărul de credite	4

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

Curriculum	
Competențe	

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

Desfășurare a cursului	- PC sau tabletă, videoprojector, suporturi electronice pentru unitatea de curs, prezentări PPT sau Prezi	
Desfășurare aplicații	Seminar	
	Lucrări practice	- resurse materiale: materiale didactice specifice
	Proiect	

**6. Competențe specifice acumulate**

Competențe transversale	CP2.Elaborează programe de exerciții fizice pentru combaterea riscurilor pentru sănătate CP5.Corectează mișcările cu potențial de vătămare
Competențe profesionale	CT1.Acceptă propria responsabilitate

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

Obiectivul general al disciplinei	Îmbogățirea bagajului de cunoștințe de specialitate și a modalităților de aplicare a acestora în funcție de particularitățile pacientului și a condițiilor avute la dispoziție.
-----------------------------------	---

### 8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Condiția fizică / fitness-ul în contextul societății contemporane  Conceptul de condiția fizică / fitness în literatura de specialitate (definiție, clasificare, componente, principii de lucru)	2	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 17. p. 7-18 + PPT (pus la dispoziție)
Rolul și importanța condiției fizice în kinetoprofilaxie, recuperare și modelare corporală (istoric, kinetoprofilaxie, recuperare, modelare corporală)	2	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 17. p. 19-27 + PPT (pus la dispoziție)
Compoziția corporală (tipuri constituționale umane, sisteme energetice, corelarea condiției fizice cu modelarea corporală) Rolul alimentației în practicarea exercițiilor fizice	2	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 17. p. 28-41 + PPT (pus la dispoziție)
Îmbunătățirea / menținerea condiției fizice (forță, viteză)	2	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 17. p. 42-52 + PPT (pus la dispoziție)
Îmbunătățirea / menținerea condiției fizice (rezistență, capacitate coordinative, mobilitate) Exerciții calistenice. Metoda Pilates. Rolul muzicii. Meloterapia	2	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 17. p. 53-73 + PPT (pus la dispoziție)
Vârsta, efectele bolilor și condiția fizică Obiceiuri pentru un stil de viață sănătos	2	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 17. p. 74-83 + PPT (pus la dispoziție)
Evaluarea condiției fizice la diferite categorii de populație	2	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 17. p. 84-114 + PPT (pus la dispoziție)

#### Bibliografie

1. Annesi, J., 2001, Effects of music, television, and a combination entertainment system on distraction, exercise adherence, and physical output in adults. Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement, volume 33(3), Jul 2001, p. 193-202 (pus la dispoziție de titularul cursului)
2. Baechle, T. R., Earle, R. W., 2008, Essentials of Strength Training and Conditioning, 3rd Edition, Human Kinetics, Champaign (pus la dispoziție de titularul cursului)
3. Barney, D., Gust, A., Liguori, G., 2012, College Students' Usage of Personal Music Players (PMP) during Exercise. Journal of Research, volume 7, number 1, p. 23-26 (pus la dispoziție de titularul cursului)
4. Champy, P., Étevé, C., 1994, Dictionnaire encyclopédique de l'éducation et de la formation, editions Nathan, Paris (pus la dispoziție de titularul cursului)
5. Chandler T., Cronin M., Vamplew W., 2007, Sport and physical education. The key concepts (second edition), Routledge Taylor and Francis Group, London and New York (pus la dispoziție de titularul cursului)
6. Deuster, A.P., 1997, The Navy SEAL physical fitness guide, F. Edward Herbert School of Medicine (pus la dispoziție de titularul cursului)
7. Dragnea, A., Bota, A., 1999, Teoria activităților motrice (educație fizică, sport, activități de timp liber, kinetoterapie, activități de expresie corporală), editura Didactică și Pedagogică, R.A., București (pus la dispoziție de titularul cursului)
8. Dragnea, A., Mate-Teodorescu, S., M., 2002, Teoria sportului, editura FEST, București (pus la



dispoziție de titularul cursului)

9. Dumitru, G., 1997, Sănătate prin sport pe înțelesul fiecăruia, Federația Română Sportul pentru Toți, București (pus la dispoziție de titularul cursului)
10. Dyrland, A., Winiger, S., 2008, The Effects of Music Preference and Exercise Intensity on Psychological Variables. Journal of Music Therapy, Volume 45, Issue 2, p. 114-134 (pus la dispoziție de titularul cursului)
11. Federația Română Sportul pentru Toți, 2013, Buletin informativ, nr. 13, București (pus la dispoziție de titularul cursului)
12. Ghervan, P., 2014, Teoria educației fizice și sportului, editura Universității Ștefan cel Mare din Suceava (pus la dispoziție de titularul cursului)
13. Hoitan, C., 2011, Metoda Pilates, A.N.S.T., F.R.S.P.T., „Colecția Mișcarea este viață, viața este mișcare”, editura Afir, București
14. Jarraya, M., 2012, The Effects of Music on High-intensity Short-term Exercise in Well Trained Athletes. Asian Journal of Sports Medicine, Volume 3 (Number 4), December 2012, p. 233-238 (pus la dispoziție de titularul cursului)
15. Kirk, D., Cooke, C., Flintoff, A., McKenna, J., 2008, Key concepts in sport & exercise sciences, Sage Publications, London (pus la dispoziție de titularul cursului)
16. Leuciuc F.V., 2014, Culturism, Editura Universității Ștefan cel Mare, Suceava (accesibilă la Biblioteca USV)
17. Leuciuc F.V., 2019, Optimizarea condiției fizice și modelare corporală, Editura Universității Ștefan cel Mare, Suceava (accesibilă la Biblioteca USV)
18. Morrow, J.R., Jackson, A.W., Disch, J.G., Mood, D.P., 2005, Measurement and evaluation in human performance, third edition, Human Kinetics, Champaign (pus la dispoziție de titularul cursului)
19. Nicu, A., coordonator, 2002, Enciclopedia educației fizice și sportului din România, volumul IV-Dicționar descriptiv și explicativ de noțiuni și termeni, editura Aramis Print, București (accesibilă la Biblioteca USV)
20. Simion, G., Simion, I., 2006, Arta pregătirii forței musculare. Editura Universității din Pitești (pus la dispoziție de titularul cursului)
21. Singh, A., Benett, T.L., Deuster P.A., 1999, Peak performance trough nutrition and exercise, F. Edward Herbert School of Medicine (pus la dispoziție de titularul cursului)
22. Suciuc, A., Dumitru, G., Aron, A., 2003, Un alt mod de viață, Federația Română Sportul pentru Toți, editura Afir, București (pus la dispoziție de titularul cursului)
23. Suni, J., Husu, P., Rinne, M., 2009, Fitness for health: The ALPHA-FIT test battery for adults aged 18-69, UKK Institute fo Health Promotion Research, Tampere (pus la dispoziție de titularul cursului)

#### Bibliografie minimală

1. Dragnea, A., Bota, A., 1999, Teoria activităților motrice (educație fizică, sport, activități de timp liber, kinetoterapie, activități de expresie corporală), editura Didactică și Pedagogică, R.A., București (pus la dispoziție de titularul cursului)
2. Dumitru, G., 1997, Sănătate prin sport pe înțelesul fiecăruia, Federația Română Sportul pentru Toți, București (pus la dispoziție de titularul cursului)
3. Hoitan, C., 2011, Metoda Pilates, A.N.S.T., F.R.S.P.T., „Colecția Mișcarea este viață, viața este mișcare”, editura Afir, București (pus la dispoziție de titularul cursului)
4. Leuciuc F.V., 2014, Culturism, Editura Universității Ștefan cel Mare, Suceava (accesibilă la Biblioteca USV)
5. Leuciuc F.V., 2019, Optimizarea condiției fizice și modelare corporală, Editura Universității Ștefan cel Mare, Suceava (accesibilă la Biblioteca USV)
6. Morrow, J.R., Jackson, A.W., Disch, J.G., Mood, D.P., 2005, Measurement and evaluation in human performance, third edition, Human Kinetics, Champaign (pus la dispoziție de titularul cursului)
7. Singh, A., Benett, T.L., Deuster P.A., 1999, Peak performance trough nutrition and exercise, F. Edward Herbert School of Medicine (pus la dispoziție de titularul cursului)
8. Suciuc, A., Dumitru, G., Aron, A., 2003, Un alt mod de viață, Federația Română Sportul pentru Toți, editura Afir, București (pus la dispoziție de titularul cursului)

Aplicații (lucrări practice) 14 ore	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Program de condiționare fizică după afecțiuni ale aparatului locomotor (copii)	2	intuitive (observarea, demonstrația), practice (exersarea)	Bibliografie 5. p. 42-45

Program de condiționare fizică după afecțiuni ale aparatului locomotor (tineri)	2	intuitive (observarea, demonstrația), practice (exersarea)	Bibliografie 5. p. 45-49
Program de condiționare fizică după afecțiuni ale aparatului locomotor (adulți)	2	intuitive (observarea, demonstrația), practice (exersarea)	Bibliografie 5. p. 50-53
Program de condiționare fizică după afecțiuni ale aparatului locomotor (vârstnici)	2	intuitive (observarea, demonstrația), practice (exersarea)	Bibliografie 5. p. 54-58
Program de condiționare fizică pentru modelare corporală (supraponderali)	2	intuitive (observarea, demonstrația), practice (exersarea)	Bibliografie 5. p. 59-62
Program de condiționare fizică pentru modelare corporală (obezitate grad I)	2	intuitive (observarea, demonstrația), practice (exersarea)	Bibliografie 5. p. 62-64
Program de condiționare fizică pentru modelare corporală (obezitate grad II). Evaluare	2	intuitive (observarea, demonstrația), practice (exersarea)	Bibliografie 5. p. 65-68

#### Bibliografie

1. Council of Europe, Committee for the Development of Sport, 1993, Eurofit: handbook for EUROFIT tests of physical fitness, 2nd Edition, Strasbourg (pus la dispoziție de titularul cursului)
2. Dumitru, G., 1997, Sănătate prin sport pe înțelesul fiecăruia, Federația Română Sportul pentru Toți, București (pus la dispoziție de titularul cursului)
3. Leuciuc F.V., 2014, Culturism, Editura Universității Ștefan cel Mare, Suceava (accesibilă la Biblioteca USV)
4. Leuciuc F.V., 2015, Fitness și agrement, Editura Absolvent Plus, Suceava (accesibilă la Biblioteca USV)
5. Leuciuc F.V., 2019, Optimizarea condiției fizice și modelare corporală, Editura Universității Ștefan cel Mare, Suceava (accesibilă la Biblioteca USV)
6. Suciuc, A., Dumitru, G., Aron, A., 2003, Un alt mod de viață, Federația Română Sportul pentru Toți, editura Afir, București (pus la dispoziție de titularul cursului)
7. Suni, J., Husu, P., Rinne, M., 2009, Fitness for health: The ALPHA-FIT test battery for adults aged 18-69, UKK Institute for Health Promotion Research, Tampere (pus la dispoziție de titularul cursului)

#### Bibliografie minimală

1. Dumitru, G., 1997, Sănătate prin sport pe înțelesul fiecăruia, Federația Română Sportul pentru Toți, București (pus la dispoziție de titularul cursului)
2. Leuciuc F.V., 2015, Fitness și agrement, Editura Absolvent Plus, Suceava (accesibilă la Biblioteca USV)
3. Leuciuc F.V., 2019, Optimizarea condiției fizice și modelare corporală, Editura Universității Ștefan cel Mare, Suceava (accesibilă la Biblioteca USV)
4. Suciuc, A., Dumitru, G., Aron, A., 2003, Un alt mod de viață, Federația Română Sportul pentru Toți, editura Afir, București (pus la dispoziție de titularul cursului)

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

Este o disciplină de studiu prevăzută în planul de învățământ, din ciclul de masterat profesional ce contribuie la formarea competențelor și capacitățile profesionale. Disciplina urmărește să obișnuiască studenții cu realizarea unui proces instructiv-educativ bazat pe respectarea principiilor didactice și pe folosirea metodelor generale și specifice de predare în funcție de particularitățile subiecților.

### **10. Evaluare**

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
----------------	----------------------	--------------------	-------------------------

Curs	- Cunoașterea conceptelor de bază ale condiției fizice (CP2, CP5, CT1). - Cunoașterea activităților specifice: îmbunătățirea condiției fizice, vârsta și condiția fizică, efectele îmbătrânirii asupra condiției fizice, evaluarea condiției fizice (CP2, CP5, CT1).	- examen scris și oral	50%
Lucrări practice	Exersarea în structuri specifice pentru optimizarea condiției fizice la diferite categorii de populație, participare activă (CP2, CP5, CT1).	- evaluarea potențialului motric prin probe de control - probe de evaluare formativă (test docimologic - obligatoriu, referat/ eseu/ portofoliu/ participare conferințe/ participare competiții sportive – la alegere)	50%

Standard minim de performanță

Studenții sportivi de performanță și studenții angajați cu contract de muncă în domeniul studiilor vor putea beneficia de echivalarea activităților în domeniile respective, în funcție de nivelul de practicare / calificare, numai pe bază de cerere scrisă avizată de titularul de disciplină și aprobată de directorul de departament, dacă cererea este însoțită de adeverința eliberată de clubul sportiv / federația sportivă națională / angajator.

10.1. Standard minim de performanță evaluare la CURS: Cunoașterea conceptelor de bază ale condiției fizice  
10.2. Standard minim de performanță evaluare la LUCRĂRI PRACTICE: Exersarea în structuri specifice pentru optimizarea condiției fizice la diferite categorii de populație

Standard pentru nota 10

CURS: Cunoașterea conceptelor de bază ale condiției fizice  
Cunoașterea activităților specifice: îmbunătățirea condiției fizice, vârsta și condiția fizică, efectele îmbătrânirii asupra condiției fizice, evaluarea condiției fizice  
LUCRĂRI PRACTICE: Exersarea în structuri specifice pentru optimizarea condiției fizice la diferite categorii de populație

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de aplicație
18.09.2024		

Data avizării	Semnătura responsabilului de program
20.09.2024	Conf. univ.dr. VIZITIU LAKHDARI Elena

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
27.09.2024	Conf. univ.dr. GROSU Bogdan

Data aprobării în consiliul facultății	Semnătura decanului
27.09.2024	Prof. univ.dr. LEUCIUC Florin

## FIȘA DISCIPLINEI

## 1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „ȘTEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTER
Programul de studii/calificarea	KINETOPROFILAXIE, RECUPERARE ȘI MODELARE CORPORALĂ

## 2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	RECUPERARE IN PATOLOGII METABOLICE				
Titularul activităților de curs	Conf. uiv.dr. Vizitiu Lakhdari Elena				
Titularul activităților de seminar	Conf. uiv.dr. Vizitiu Lakhdari Elena				
Anul de studiu	I	Semestrul	I	Tipul de evaluare	E
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				DAP
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DO - obligatorie, DA - opțională , DL - facultativă				DO

## 3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

I.a) Număr de ore, pe săptămână	3	Curs	2	Seminar		Laborator	1	Proiect	
I.b) Totalul de ore (pe semestru) din planul de învățământ	42	Curs	28	Seminar		Laborator	14	Proiect	

II. Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	40
II.b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	60
II.b) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	28
II.d) Tutoriat	
III. Examinări	2
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	130
Total ore pe semestru (I.b+II+III+IV)	175
Numărul de credite	7

## 4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	
Competențe	

## 5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	• Sala de curs cu videoproiector
Desfășurare aplicații	Seminar •
	Laborator • mod de organizare: frontal, grup, individual • resurse materiale: videoproiector, calculator etc.
	Proiect •

## 6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	CP1. Promovează incluziunea CP2.Elaborează programe de exerciții fizice pentru combaterea riscurilor pentru sănătate CP4.Contribuie la procesul de reabilitare CP7.Instruește cu privire la prevenirea bolilor
Competențe	CT1.Acceptă propria responsabilitate

transversale	
--------------	--

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

Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obiectivul principal este de a acumula cunoștințe teoretice despre patologii metabolice în vederea implementării adecvate a unui program de recuperare. (CG1, CG4, CG6, CS1,CS2,CS4,CS5)</li> </ul>

### 8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1.Principalele boli metabolice. Definitii. Cauze, Factori de risc. Forme și simptome.	2	Curs interactiv cu suport PowerPoint	Bibliografie minimală [1,2]
2.Obezitatea. Definitie si epidemiologie, etiopatogenie, tipuri de obezitate, formele clinice, complicatii, recuperare.	2	Curs interactiv cu suport PowerPoint	Bibliografie minimală [1,2]
3.Proprietăți morfo-fiziologice privind structura obezității-tesutul adipos	2	Curs interactiv cu suport PowerPoint	Bibliografie minimală [1,2]
4.Obezitatea. Studiu de caz	2	Curs interactiv cu suport PowerPoint	Bibliografie minimală [1,2]
5.Denutritia. Studiu de caz	2	Curs interactiv cu suport PowerPoint	Bibliografie minimală [1,2]
6.Diabetul zaharat. Definitie, etiologie, patogenie, fiziopatologie, simptomatologie. Clasificarea diabetului zaharat.	2	Curs interactiv cu suport PowerPoint	Bibliografie minimală [1,2]
7.Diabetul zaharat de tip I. Studiu de caz	2	Curs interactiv cu suport PowerPoint	Bibliografie minimală [1,2]
8.Diabetul zaharat de tip II. Studiu de caz	2	Curs interactiv cu suport PowerPoint	Bibliografie minimală [1,2]
9.Hipoglicemia. Hiperglicemia.	2	Curs interactiv cu suport PowerPoint	Bibliografie minimală [1,2]
10.Sindromul x metabolic.	2	Curs interactiv cu suport PowerPoint	Bibliografie minimală [1,2]
11.Guta. Studiu de caz.	2	Curs interactiv cu suport PowerPoint	Bibliografie minimală [1,2]
12.Dislipidemiile. Studiu de caz.	2	Curs interactiv cu suport PowerPoint	Bibliografie minimală [1,2]
13.Hipotiroidismul. Studiu de caz.	2	Curs interactiv cu suport PowerPoint	Bibliografie minimală [1,2]
14.Hiperuricemia. Studiu de caz	2	Curs interactiv cu suport PowerPoint	Bibliografie minimală [1,2]
<b>Bibliografie</b>			
[1] Borundel Corneliu-Medicina interna pentru cadre medii, Editura ALL, ISBN 978-973-571-925-8, 2009			
[2] Balint Tatiana-Kinetoterapia -o alternativă în combaterea obezității, Bacau, ISBN (10) 973-8934-30-3; ISBN (13) 978-973-8934-30-6, 2006			
<b>Bibliografie minimală</b>			
[1] Borundel Corneliu-Medicina interna pentru cadre medii, Editura ALL, ISBN 978-973-571-925-8, 2009			
[2] Balint Tatiana-Kinetoterapia -o alternativă în combaterea obezității, Bacau, ISBN (10) 973-8934-30-3; ISBN (13) 978-973-8934-30-6, 2006			

Aplicații (Seminar / laborator / proiect) 14 ore	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1.Obezitatea. Studiu de caz. Program de recuperare.	2	Seminar interactiv	Bibliografie minimală [1,2]
2.Diabetul zaharat de tip I. Studiu de caz. Program de recuperare	2	Seminar interactiv	Bibliografie minimală [1,2]
3.Diabetul zaharat de tip II. Studiu de caz. Program de recuperare.	2	Seminar interactiv	Bibliografie minimală [1,2]
4.Denutritia. Studiu de caz. Program de recuperare	2	Seminar interactiv	Bibliografie minimală [1,2]

5.Guta. Studiu de caz. Program de recuperare	2	Seminar interactiv	Bibliografie minimală [1,2]
6.Dislipemiile. Studiu de caz. Program de recuperare	2	Seminar interactiv	Bibliografie minimală [1,2]
7.Hipotiroidismul. Studiu de caz. Program de recuperare	2	Seminar interactiv	Bibliografie minimală [1,2]
<b>Bibliografie</b>			
[1] Borundel Corneliu-Medicina interna pentru cadre medii, Editura ALL, ISBN 978-973-571-925-8, 2009			
[2] Balint Tatiana-Kinetoterapia -o alternativă în combaterea obezității, Bacau, ISBN (10) 973-8934-30-3; ISBN (13) 978-973-8934-30-6, 2006			

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

Disciplina "Recuperare în patologii metabolice", conferă premisele desfășurării unei activități kinetoterapeutice în conformitate cu cerințele curriculumului european

**10. Evaluare**

**10.1. Standard minim de performanță evaluare la curs**

**10.2. Standard minim de performanță evaluare la activitatea aplicativă**

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Două subiecte din tematica de curs predat-pondere din nota finală 40%</li> <li>✓ Elaborarea unui referat cu o temă dată de profesor (30pagini)-pondere din nota finală 10% (CP1,CP4,CP7, CT1)</li> </ul>	Examen oral	<b>50%</b>
Seminar			
Laborator	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Elaborarea și prezentarea unui program de recuperare pentru una din patologiiile metabolice predate.pondere din nota finală 40%</li> <li>✓ Participare la cercul științific studentesc „Educație Fizică, Sport și Activități de Loisir”+pondere din nota finală 10%(CP1,CP2,CP4,CP7, CT1)</li> </ul>	Prezentare PowerPoint-oral	<b>50%</b>
Proiect			

**Standard minim de performanță**

**10.1. Standard minim de performanță evaluare la curs**

- Să cunoască particularitățile fundamentale ale patologiilor metabolice și rolul programului de recuperare
- Elaborarea unui referat cu o temă dată de profesor (30pagini)

**10.2. Standard minim de performanță evaluare la activitatea aplicativă**

- Capacitatea de a individualiza un program de recuperare la un pacient cu o patologie metabolică.
- Participare la cercul științific studentesc „Educație Fizică, Sport și Activități de Loisir”

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de seminar
18.09.2024	Vizitiu Lakhdari Elena	Vizitiu Lakhdari Elena

Data avizării	Semnătura responsabilului de program
20.09.2024	Conf. univ.dr.Vizitiu Lakhdari Elena

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
27.09.2024	Conf. univ.dr. GROSU Bogdan

Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului
27.09.2024	Prof. univ.dr. LEUCIUC Florin

## FIȘA DISCIPLINEI

### 1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „ȘTEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTER
Programul de studii/calificarea	KINETOPROFILAXIE, RECUPERARE SI MODELARE CORPORALĂ

### 2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	TERAPIE OCUPAȚIONALĂ IN REABILITARE MEDICALĂ				
Titularul activităților de curs	Conf. univ. dr. Crăciun Maria Daniela				
Titularul activităților de seminar	Conf. univ. dr. Crăciun Maria Daniela				
Anul de studiu	I	Semestrul	I	Tipul de evaluare	Examen
Regimul disciplinei	Categoriza formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				DAP
	Categoriza de opționalitate a disciplinei: DI - impusă, DO - opțională, DF - facultativă				DI

### 3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

Număr de ore pe săptămână	2	Curs	1	Seminar		Lucrări practice	1	Proiect	
Totalul de ore din planul de învățământ	28	Curs	14	Seminar		Lucrări practice	14	Proiect	

Distribuția fondului de timp	ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	30
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	20
Tutoriat	
Examinări	2
Alte activități:	

Total ore studiu individual	70
Total ore pe semestru	100
Numărul de credite	4

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

Curriculum	
Competențe	

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

Desfășurare a cursului		<ul style="list-style-type: none"> <li>• mod de organizare: frontal</li> <li>• resurse materiale: PC, videoproiector</li> </ul>
Desfășurare aplicații	Lucrări practice	<ul style="list-style-type: none"> <li>• mod de organizare: frontal, grup, individual</li> <li>• masă de tratament, saltele, bastoane, mingi, spalieri, gantere, mingi medicinale, bancă gimnastică, materiale pentru decupat, jocuri pentru educarea și reeducarea psihomotricității, masa canadiană, etc.</li> <li>• fișe de evaluare specifice terapiei ocupaționale</li> </ul>
	Laborator	<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>

### 6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	CP4. Contribuie la procesul de reabilitare; CP8 Dezvoltă strategii de tratare a pacienților.
Competențe transversale	CT2 Utilizează diferite canale de comunicare.

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

Obiectivele generale ale disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> <li>Proiectarea și evaluarea activităților practice specifice terapiei ocupaționale; CP4, CT2;</li> <li>Cunoașterea tipurilor de intervenție specifice terapiei ocupaționale în diverse afecțiuni. CP4; CP8; CT2.</li> </ul>
--------------------------------------	---

8. **Conținuturi**

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
<b>CURS TEORETIC = 14 ORE</b>			
1. Generalități privind terapia ocupațională: definiții, clasificare, scop, obiective, principii și reguli de aplicare, tendințe actuale.	2 ore	Expunere sistematică -Prelegere Curs interactiv	Bibliografie 1. Cap.1.1, pg. 8-20 Bibliografie 2 + PPT (pus la dispoziție)
2. Terapia ocupațională în reeducarea funcțională și reintegrarea profesională.	2 ore	Expunere sistematică -Prelegere Curs interactiv	Bibliografie 1. Cap.1.2, 1.3, 1.4 pg. 22-38 Bibliografie 9 + PPT(pus la dispoziție)
3. Terapia ocupațională la copiii cu deficiențe fizice și neuromotorii;	2 ore	Expunere sistematică -Prelegere Curs interactiv	Bibliografie 1. Cap.2.1, 2.2, 2.3, 2.4 pg. 44- 57 Bibliografie 10 + PPT(pus la dispoziție)
4. Terapia ocupațională la vârstnici.	2 ore	Expunere sistematică -Prelegere Curs interactiv	Bibliografie 1. Cap. 4.1,4.2 pg.87-100 + PPT(pus la dispoziție)
5. Terapia ocupațională la persoane cu deficiențe mintale.	2 ore	Expunere sistematică -Prelegere Curs interactiv	Bibliografie 1. Cap.3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 3.5 pg.62-84 + PPT(pus la dispoziție)
6. Terapia ocupațională în afecțiunile aparatului locomotor	2 ore	Expunere sistematică -Prelegere Curs interactiv	Bibliografie 1. Cap.4.2, 4.3 pg.100-116 Bibliografie 12 + PPT(pus la dispoziție)
7. Terapia ocupațională la persoanele cu deficiențe senzoriale: deficiențe de vedere, deficiențe de auz..	2 ore	Expunere sistematică -Prelegere Curs interactiv	Bibliografie 1. Cap. 4.3.2 pg.102-116 + PPT(pus la dispoziție)
<b>Bibliografie</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>Alexandru Al. P. Terapia ocupațională și ergoterapia, Editura Cerma, București 1993;</li> <li>Boca Andreea Gabriela, Elemente de terapie ocupațională, Ediția a II a, Ed. Performantica, Iasi, 2021;</li> <li>Lazăr Andreea Gabriela, Elemente de terapie ocupațională, Editura Universității Ștefan cel Mare, Suceava, 2018;</li> <li>Marcu V, Dan Mirela. Kinetoterapie/Physiotherapy. Ed. Universității din Oradea, 2006;</li> <li>Mârza Doina, Ergoterapie - note de curs- Ed.Universității din Bacău, 1997;</li> <li>Mircea I. Compendiu de recuperare medicală, Editura Medicală, București 2004;</li> <li>Mirela Dan. Introducere în terapia ocupațională, Editura Universității din Oradea 2005;</li> <li>Muler M. Ergoterapia în psihiatrie, Editura Limes, Cluj-Napoca 2010;</li> <li>Pașca Maria Dorina, Banga Erzsebet, Terapii ocupaționale și arte combinate, repere creative, Editura University Press Tîrgu Mureș, 2016;</li> <li>Popovici D. V. Terapia ocupațională pentru persoane cu deficiente, Ed. Munteniei, Constanta, 2005;</li> <li>Sbenghe T. Recuperarea medicală la domiciliul bolnavului (pentru medicul de familie). Ed Medicală, București, 1996;</li> <li>Zăvăleanu M., Terapie ocupațională-elemente de terapie ocupațională pentru kinetoterapeuți, Editura Universitaria, Craiova, 2016.</li> </ol>			
<b>Bibliografie minimală</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>Alexandru Al. P. Terapia ocupațională și ergoterapia, Editura Cerma, București 1993;</li> <li>Boca Andreea Gabriela, Elemente de terapie ocupațională, Ediția a II a, Ed. Performantica, Iasi, 2021;</li> <li>Pașca Maria Dorina, Banga Erzsebet, Terapii ocupaționale și arte combinate, repere creative, Editura University Press Tîrgu Mureș, 2016;</li> <li>Popovici D. V. Terapia ocupațională pentru persoane cu deficiente, Ed. Munteniei, Constanta, 2005;</li> <li>Zăvăleanu M., Terapie ocupațională-elemente de terapie ocupațională pentru kinetoterapeuți, Editura Universitaria,</li> </ol>			



Aplicații (Seminar/laborator/proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Metode de evaluarea și întocmirea programului de TO. Evaluarea funcțională a pacientului și încadrarea din punct de vedere al ADL - urilor.	1 oră	Observația, demonstrația și exercițiul	Bibliografie 2 Bibliografie 4 Lucrări interactive
2. Categoriile de activități de natură ocupațională. Tehnici fundamentale de terapie ocupațională și ergoterapie. Artterapia – aplicații practice.	1 oră	Observația, demonstrația și exercițiul	Bibliografie 2 Bibliografie 7 Lucrări interactive
3. Ludoterapia și meloterapia la copiii cu deficiențe. Jocuri de mișcare și jocuri muzicale – aspecte practice.	1 oră	Observația, demonstrația și exercițiul	Bibliografie 2 Lucrări interactive
4. Aplicații ale terapiei ocupaționale pentru recuperarea tulburărilor de psihomotricitate la copiii de vârstă școlară.	1 oră	Observația, demonstrația și exercițiul	Bibliografie 2 Lucrări interactive
5. Aplicații ale terapiei ocupaționale la copiii cu deficiențe mintale (tulburări de spectru autism, sindrom Down).	1 oră	Observația, demonstrația și exercițiul	Bibliografie 2 Lucrări interactive
6. Aplicații practice ale terapiei ocupaționale la copiii cu deficiente fizice.	1 oră	Observația, demonstrația și exercițiul	Bibliografie 2 Bibliografie 6 Lucrări interactive
7. Tehnici de terapie ocupațională la vârstnici.	1 oră	Observația, demonstrația și exercițiul	Bibliografie 2 Lucrări interactive
8. Aplicații ale terapiei ocupaționale pentru îmbunătățirea sănătății mintale	1 oră	Observația, demonstrația și exercițiul	Bibliografie 2 Lucrări interactive
9. Terapia ocupațională la bolnavii neurologici: aplicații practice.	1 oră	Observația, demonstrația și exercițiul	Bibliografie 2 Lucrări interactive
10. Tehnici de terapie ocupațională în afecțiunile postraumatice aparatului locomotor	1 oră	Observația, demonstrația și exercițiul	Bibliografie 2 Lucrări interactive
11. Tehnici de terapie ocupațională în afecțiunile reumatice ale aparatului locomotor.	1 oră	Observația, demonstrația și exercițiul	Bibliografie 2 Bibliografie 9 Lucrări interactive
12. Terapia ocupațională la persoanele cu deficiente de vedere: aplicații practice.	1 oră	Observația, demonstrația și exercițiul	Bibliografie 2 Lucrări interactive
13. Recapitulare și notare	2 ore	Verificare finală	Evaluare practica
<b>Bibliografie</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>Alexandru Al. P. Terapia ocupațională și ergoterapia, Editura Cerma, București 1993.</li> <li>Boca Andreea Gabriela, Elemente de terapie ocupațională, Ed. Performantica, Iasi, 2021.</li> <li>Marcu V, Dan Mirela. Kinetoterapie/Physiotherapy. Ed. Universității din Oradea, 2006.</li> <li>Mirela Dan. Introducere în terapia ocupațională, Editura Universității din Oradea 2005.</li> <li>Muler M. Ergoterapia în psihiatrie, Editura Limes, Cluj-Napoca 2010.</li> <li>Popovici D. V. Terapia ocupațională pentru persoane cu deficiente, Ed. Munteniei, Constanta, 2005</li> <li>Pașca Maria Dorina, Banga Erzsebet, Terapii ocupaționale și arte combinate, repere creative, Editura University Press Tirgu Mureș, 2016;</li> <li>Sbenghe T. Recuperarea medicală la domiciliul bolnavului (pentru medicul de familie). Ed Medicală, București, 1996.</li> <li>Zăvăleanu M., Terapie ocupațională-elemente de terapie ocupațională pentru kinetoterapeuți, Editura Universitaria, Craiova, 2016.</li> </ol>			
<b>Bibliografie minimală</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>Boca Andreea Gabriela, Elemente de terapie ocupațională, Ed. Performantica, Iasi, 2021.</li> <li>Mirela Dan. Introducere în terapia ocupațională, Editura Universității din Oradea 2005.</li> <li>Popovici D. V. Terapia ocupațională pentru persoane cu deficiente, Ed. Munteniei, Constanta, 2005</li> <li>Pașca Maria Dorina, Banga Erzsebet, Terapii ocupaționale și arte combinate, repere creative, Editura</li> </ol>			

- University Press Tîrgu Mureș, 2016;
5. Zăvăleanu M., *Terapie ocupațională-elemente de terapie ocupațională pentru kinetoterapeuți*, Editura Universitaria, Craiova, 2016.

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

Este o disciplină de studiu prevăzută în planul de învățământ, pentru al II-lea ciclu de formare profesională, master, face parte din disciplinele de specialitate ce contribuie la formarea competențelor și capacităților specifice, prezintă aspectele ce reglementează și direcționează desfășurarea activităților practice specifice domeniului de studii. Disciplina are ca scop cunoașterea principalelor elemente de terapie ocupațională în reabilitarea medicală. Este o disciplină de specialitate opțională, care asigură un suport practic util în practica kinetică.

**10. Evaluare**

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	- Capacitatea de înțelegere a noțiunilor specifice disciplinei CP4; - Folosirea corectă și adecvată a terminologiei disciplinei CP 4; - Capacitatea de explicare a proceselor fundamentale care guvernează procesul de terapie ocupațională CP4, CP8.	- examen scris grilă	50%
Seminar			
Laborator	- Capacitatea de a transfera conceptele teoretice în practică CP4, CP8; - Conștiințozitatea efectuării sarcinilor de lucru CP8, CT2.	- portofoliu - prezența și activitatea la laborator - evaluare finală	25% 10 % 10 %
Proiect		- probe de evaluare formativă (studii de caz, participări la conferințe, activități extracurriculare)	5%

**Standard minim de performanță**

- 10.1. Standarde minime de performanță evaluare la curs
- însușirea principalelor noțiuni, idei specifice disciplinei;
  - parcurgerea bibliografiei minimale;
  - implementarea cunoștințelor teoretice acumulate în practica specifică;
  - cunoașterea algoritmului de intervenție specifică terapiei ocupaționale;
- 10.2. Standarde minime de performanță evaluare la activitatea aplicativă.
- participarea la activitățile practice cu echipament adecvat;
  - realizarea temelor de lecție la aplicațiile practice;
  - implicarea activă în activitățile practice și îndeplinirea sarcinilor de lucru;
  - implementarea în practica specifică a cunoștințelor acumulate.

Prezența 50% la cursuri

Prezența la laborator 85% și promovarea verificării practice cu nota 5

Studentii angajați cu contract de muncă în domeniul studiilor și studenții sportivi de performanță vor putea beneficia de echivalarea activităților în domeniile respective, în funcție de nivelul de practicare / calificare, numai pe bază de cerere scrisă avizată de titularul de disciplină și aprobată de directorul de departament, dacă cererea este însoțită de adeverința eliberată de angajator/ clubul sportiv / federația sportivă națională.

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de seminar
15.09.2024		

Data avizării	Semnătura responsabilului de program
20.09.2024	Conf. univ.dr. VIZITIU LAKHDARI Elena

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
27.09.2024	Conf. univ.dr. GROSU Bogdan

Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului
27.09.2024	Prof. univ.dr. LEUCIUC Florin

## FIȘA DISCIPLINEI

(masterat)

## 1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA "STEFAN CEL MARE" DIN SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCATIE FIZICĂ SI SPORT
Departamentul	DEPARTAMENTUL DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT
Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI SI EDUCATIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTERAT
Programul de studii	KINETOPROFILAXIE, RECUPERARE SI MODELARE CORPORALA

## 2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	Metode de evaluare si explorare in kinetoprofilaxie si recuperare				
Titularul activităților de curs	Conf.Univ.Dr. Silisteanu Sinziana-Calina				
Titularul activităților aplicative	Conf.Univ.Dr. Silisteanu Sinziana-Calina				
Anul de studiu	I	Semestrul	2	Tipul de evaluare	Examen
Regimul disciplinei	Categorica formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				DAP
	Categorica de opționalitate a disciplinei: DI - impusă, DO - opțională, DF - facultativă				DO

## 3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

I a) Număr de ore, pe săptămână	2	Curs	1	Seminar		Laborator/lucrări practice	Laborator	1	Proiect	
I b) Totalul de ore (pe semestru) din planul de învățământ	28	Curs	14	Seminar		Laborator/lucrări practice	Laborator	14	Proiect	

II. Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	30
II.b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	20
II.b) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	20
II.d) Tutoriat	
III. Examinări	2
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	72
Total ore pe semestru (Ib+II+III+IV)	100
Numărul de credite	4

## 4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	<ul style="list-style-type: none"> <li>Anatomie, Kinetoterapie</li> </ul>
Competențe	<ul style="list-style-type: none"> <li>reprezentari specifice domeniului</li> <li>lucru in echipa</li> <li>punerea in valoare a propriilor cunostinte si abilitati</li> <li>dezvoltarea personalitatii</li> </ul>

## 5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> <li>Resurse materiale:videoproiector, documentare interactive, filme stiintifice</li> <li>Planse, mulaje</li> </ul>	
Desfășurare aplicații	Seminar	<ul style="list-style-type: none"> <li></li> </ul>
	Laborator	<ul style="list-style-type: none"> <li>Metode: verbala(expunerea, explicatia, conversatia), intuitive (observarea, demonstratia), practice (exersarea), evaluarea</li> <li>Moduri de organizare:frontal, individual</li> </ul>

	Proiect	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mod de organizare :frontal, grup, individual</li> <li>• Resurse materiale:planse, scheme, figuri</li> </ul>
--	---------	--

### 6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	CP3.Efectuează evaluări fizioterapeutice CP4.Contribuie la procesul de reabilitare
Competențe transversale	CT2.Utilizează diferite canale de comunicare

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

Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Insusirea cunostintelor despre substratul anatomic, fiziologic si fiziopatologic al miscarii</li> <li>• Cunoasterea notiunilor teoretice de masurare si evaluare somato-functionala</li> <li>• Respectarea etapelor si protocoalelor de masurare si evaluare</li> </ul>
-----------------------------------	--

### 8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Curs 1. Masurare si evaluare-generalitati, principii generale. Erori de masurare. Evaluare somatometrica: metrii corporale. Examenul dinamometric	2	Expunere sistematica -Prelegere	1 pg 92-106, 119-143,197-208 2 pg 12-23,42-43
Curs 2. Evaluare si testare in terapia fizica si de recuperare. Evaluarea globala si analitica in recuperarea medicala.	2	Expunere sistematica -Prelegere	1 pg 92-115
Curs 3. Metode de determinare a compozitiei corporale. Evaluarea in recuperarea medicala	2	Expunere sistematica -Prelegere	2 pg 63-74 1 pg 92-100 2 220-236
Curs 4. Echilibrul static si dinamic. Evaluarea coordonarii, agilitatii. Postura si alinierea corporala. Mersul- tehnici si metode de evaluare.	2	Expunere sistematica -Prelegere	1 pg 58-80 1 pg 60-72
Curs 5. Afectiuni ale coloanei vertebrale -Evaluare, testari. Spondilita anchilozanta- Evaluare, testari.	2	Expunere sistematica -Prelegere	1 pg 103-106 2 pg 100-105
Curs 6. Genunchiul- Evaluare, testari Umar- Evaluare, testari	2	Expunere sistematica -Prelegere	1 pg 153-162, 191-192, 2 pg 95-100
Curs 7. Mana- Evaluare, testari Accidentul vascular cerebral- Evaluare, testari	2	Expuneresistematica - Prelegere	1 pg 162-176 2 pg75-147,85-95
<b>Bibliografie</b>			
1.Neagu Nicolae – Biometrie umana. Antropometrie. Vol 1, Editura University Press, Tg Mures, 2010 2. Neagu Nicolae, Fagaras Simona – Protocoale si Tehnici de evaluare in fizioterapie si educatie fizica si sport, University Press, Tg Mures 2014			

Aplicații (Seminar / laborator / lucrări practice / proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
LP 1. Prezentarea disciplinei, cerinte, conditii, reguli de desfasurare. Evaluare articulara si musculara. Evaluare somatometrica: metrii corporale. Examenul dinamometric. Evaluare somatometrica: metrii corporale. Examenul dinamometric	2	Conversatia didactica Demonstratie, aplicatii	1 pg 119-143, 197-208 2 pg 12-23, 42-43
LP 2. Evaluarea globala si analitica in recuperarea medicala. Metode de determinare a compozitiei corporale	2	Conversatia didactica Demonstratie, aplicatii	1 pg 92-100 2 220-236
LP 3. Echilibrul static si dinamic. Evaluarea coordonarii, agilitatii. Postura si alinierea corporala. Mersul- tehnici si metode de evaluare.	2	Conversatia didactica Demonstratie, aplicatii	1 pg 58-80
LP 4. Spondilita anchilozanta-testari, evaluare	2	Conversatia didactica Demonstratie, aplicatii	2 pg 100-105
LP 5. Genunchiul, umarul, mana-testari, evaluare	2	Conversatia didactica Demonstratie, aplicatii	1 pg 191-192, 153-176 2 pg 85-100
LP 6. AVC-testari, evaluare	2	Conversatia didactica	2 75-147

LP 7. Evaluare practica	2	Demonstratie Conversatia didactica Demonstratie, aplicatii	
<b>Bibliografie</b>			
1. Neagu Nicolae – Biometrie umana. Antropometrie. Vol 1, Editura University Press, Tg Mures, 2010			
2. Neagu Nicolae, Fagaras Simona – Protocoale si Tehnici de evaluare in fizioterapie si educatie fizica si sport, University Press, Tg Mures 2014			

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

- Cursul si lucrarile practice permit masteranzilor sa identifice resursele si punctele in care pacientii cu diferite patologii au nevoie de suport si program de recuperare

**10. Evaluare**

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	- Capacitatea de a folosi corect si adecvat terminologia disciplinei. - Capacitatea de selectare a metodelor de aplicare a diferitelor proceduri de recuperare - Capacitatea de utilizare a tehnicilor specifice de recuperare medicala - Interventii, exemplificari în cadrul cursului interactiv -10% -Prezenta la curs 70% (CP3, CP4, CT2)	Evaluare test grila	<b>60%</b>
Seminar			
Laborator	-Participarea la activitatile practice si indeplinirea sarcinilor de lucru -Implicarea în pregatirea si prezentarea temelor de seminar -Proiecte/Referate - Prezenta 70% la seminarii(CP3, CP4, CT2)	- Se înregistreaza frecventa – 20% - Media notelor la testele curente si proiecte/referate - 30% -Nota la examenul practic – 50%	<b>40%</b>
Proiect	Prezentarea evaluării si testelor într-o patologie data(CP3, CP4, CT2)		
<b>Standard minim de performanță</b>			
Demonstrarea cunoașterii și înțelegerii cunoștințelor de bază.			
Demonstrarea cunoașterii proceselor fundamentale caracteristice procesului de profilaxie si recuperare			
Demonstrarea cunoștințelor privind testarea si evaluarea într-o patologie indicata			

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de aplicație
<b>18.09.2024</b>		

Data avizării	Semnătura responsabilului de program
20.09.2024	Conf. univ.dr. VIZITIU LAKHDARI Elena

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
27.09.2024	Conf. univ.dr. GROSU Bogdan

Data aprobării în consiliul facultății	Semnătura decanului
27.09.2024	Prof. univ.dr. LEUCIUC Florin

## FIȘA DISCIPLINEI

(masterat)

## 11. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „ȘTEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTERAT PROFESIONALIZARE - APROFUNDARE
Programul de studii	KINETOPROFILAXIE, RECUPERARE ȘI MODELARE CORPORALĂ

## 12. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	FIZIOLOGIA VÂRSTELOR				
Titularul activităților de curs	Lector univ. dr. Constantinescu Mihai				
Titularul activităților aplicative	Lector univ. dr. Constantinescu Mihai				
Anul de studiu	I	Semestrul	2	Tipul de evaluare	Examen
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare			DAP	
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DI - impusă, DO - opțională, DF - facultativă			DI	

## 13. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

I a) Număr de ore, pe săptămână	2	Curs	1	Seminar		Laborator	1	Proiect	
I b) Totalul de ore (pe semestru) din planul de învățământ	28	Curs	14	Seminar		Laborator	14	Proiect	

II. Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	30
II.b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	20
II.b) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	19
II.d) Tutoriat	
III. Examinări	3
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	69
Total ore pe semestru (Ib+II+III+IV)	100
Numărul de credite	4

## 14. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	
Competențe	

## 15. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului		<ul style="list-style-type: none"> <li>mod de organizare: frontal</li> <li>resurse materiale: videoproiector</li> </ul>
Desfășurare aplicații	Seminar	
	Laborator	<ul style="list-style-type: none"> <li>mod de organizare: frontal, grup, individual</li> <li>resurse materiale: videoproiector, documentare interactive, filme științifice medicale, planșe, mulaje, marker-e colorate, whiteboard, smartboard, pulsoximetru, tensiometru, spirometru, dinamometru etc.</li> </ul>
	Proiect	

## 16. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	CP4.Contribuie la procesul de reabilitare; CP7.Instruește cu privire la prevenirea bolilor CG.5 Conceperea și conducerea proceselor
-------------------------	---

	CP10.Lucrează în echipe medicale multidisciplinare
Competențe transversale	CT2.Utilizează diferite canale de comunicare

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

Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> <li>Să definească funcțiile normale ale structurilor organismului uman.</li> <li>Să informeze despre complexitatea morfofuncțională a viului (de la celulă la organism).</li> <li>Să cunoască funcțiile vitale și mecanismele ce le asigură.</li> <li>Să coreleze noțiunile de anatomie cu funcțiile îndeplinite de aparatele și sistemele organismului.</li> <li>Să conștientizeze integralitatea ființei umane in cadrul ontogenezei</li> <li>Să cunoască posibilitățile neuro-endocrino-metabolice de adaptare la mediul extern, la factorii exogeni.</li> <li>Sa detalieze fiziologia vârstelor.</li> <li>Sa integreze elementele de fiziopatologie, în ontogeneza fiziologiei vârstelor.(CP 4, CP 7, CP 10, CT 2)</li> </ul>
-----------------------------------	--

### 18. Conținuturi

Curs teoretic = 14 ore <b>FIZIOLOGIA VÂRSTELOR</b>	Nr. ore <b>14</b>	Metode de predare Verbale(expunerea,explicația, conversația etc.),Grafice (desene, figuri, tabele, scheme de funcționare etc.).	Observații
1. Introducere în fiziologia vârstelor, Delimitările conceptuale privind domeniul fiziologiei vârstelor	2	Metode de predare Verbale(expunerea,explicația, conversația etc.),Grafice (desene, figuri, tabele, scheme de funcționare etc.).	MIHAI CONSTANTINESCU suport de studiu FIZIOLOGIA VÂRSTELOR pag.3
2. Principalele etape ale dezvoltării umane - fertilizare, perioade embrionare și fetale, Perioade critice în dezvoltarea embrionului. Cauzele deformărilor și defectelor congenitale	2	Metode de predare Verbale(expunerea,explicația, conversația etc.),Grafice (desene, figuri, tabele, scheme de funcționare etc.).	MIHAI CONSTANTINESCU suport de studiu FIZIOLOGIA VÂRSTELOR pag.11
3. Factori care influențează dezvoltarea. Accelerarea	2	Metode de predare Verbale(expunerea,explicația, conversația etc.),Grafice (desene, figuri, tabele, scheme de funcționare etc.).	MIHAI CONSTANTINESCU suport de studiu FIZIOLOGIA VÂRSTELOR pag.18
4. Periodizarea vârstei, Regularități ale creșterii și dezvoltării corpului copilului. Perioadele de vârstă ale dezvoltării copilului	2	Metode de predare Verbale(expunerea,explicația, conversația etc.),Grafice (desene, figuri, tabele, scheme de funcționare etc.).	MIHAI CONSTANTINESCU suport de studiu FIZIOLOGIA VÂRSTELOR pag.24
5. Idei generale despre procesele de creștere și dezvoltare. Principalele diferențe dintre corpul unui copil și un adult, dezvoltarea fizică (metode de evaluare)	2	Metode de predare Verbale(expunerea,explicația, conversația etc.),Grafice (desene, figuri, tabele, scheme de funcționare etc.).	MIHAI CONSTANTINESCU suport de studiu FIZIOLOGIA VÂRSTELOR pag.34
6. Senescența sau îmbătrânirea, mecanisme fiziologice, teorii ale îmbătrânirii	2	Metode de predare Verbale(expunerea,explicația, conversația etc.),Grafice (desene, figuri, tabele, scheme de funcționare etc.).	MIHAI CONSTANTINESCU suport de studiu FIZIOLOGIA VÂRSTELOR pag.44
7. Bolile asociate îmbătrânirii, Sindroamele progeroide, Îmbătrânirea pe organe, sisteme și funcții ale organismului	2	Metode de predare Verbale(expunerea,explicația, conversația etc.),Grafice (desene, figuri, tabele,	MIHAI CONSTANTINESCU suport de studiu FIZIOLOGIA

	scheme de funcționare etc.).	VÂRSTELOR pag.52
<b>Bibliografie</b>		
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Alexandru Teodor Ispas, Anatomia și Fiziologia Omului cu aplicații, ed. Didactică și Pedagogică, București 2000;</li> <li>2. Baciuc C., Aparatul Locomotor, (Anatomie funcțională, biomecanică, semiologie clinică, diagnostic diferențial), Ed. Medicală, București, 1981;</li> <li>3. Badiu Ghe., Exarcu Teodorescu., Fiziologia și Fiziopatologia sistemului nervos, Ed. Medicală. București, 1976;</li> <li>4. Borundel C. Manual de medicină internă pentru cadre medii. București: Ed. ALL, 1995;</li> <li>5. Briceag, Silvia, Psihologia vîrstelor, Curs universitar, Univ. de Stat "Alec Russo" din Bălți, Fac. de Științe ale Educației, Psihologie și Arte. – Bălți, 2017;</li> <li>6. Constantinescu Mihai, Kinetoterapia în geriatrie-gerontologie: caiet de lucrări practice, Editura Universității "Ștefan cel Mare", Suceava 2018;</li> <li>7. Constantinescu Mihai, Kinetoterapia în afecțiuni pediatrie: caiet de lucrări practice, Editura Universității "Ștefan cel Mare", Suceava 2019;</li> <li>8. Constantinescu Mihai Suport de studiu Fiziologia Vîrstelor, SUCEAVA 2022, (format electronic)</li> <li>9. Daniela Iuliana Chimingică, Esențial în kinetoterapie, ed. PIM, Iași 2018;</li> <li>10. Domnișoru L., Bacalbașa N. și colab., Compendiu de Medicină Internă, Ed. Național. București 2004;</li> <li>11. Elena Cristea, Terapia prin Mișcare la vârsta a treia, Ed. Medicală, București 1990;</li> <li>12. Exarcu Teodorescu și colab., BIOLOGIE, Manual pentru clasa a- XI- a, Ed. Didactică și Pedagogică, R.A.- București 1998;</li> <li>13. Ifrim Mircea și colab., Anatomia Omului, Editura de Stat. Chișinău 2007;</li> <li>14. Ifrim Mircea și colab., Atlas de anatomie umană, Ed. Științifică și enciclopedică, București 1985;</li> <li>15. Ioan Gh. Iețcu, Crăciun M Daniela, Noțiuni generale de anatomie funcțională, Ed. Universității Ștefan cel Mare Suceava, 2005;</li> <li>16. Leonard Domnișoru, Compendiu de Medicină Internă, Ed. Național, București 2004;</li> <li>17. Maria Cordun, Kinetologie Medicală, Ed. Axa, București 1998;</li> <li>18. Mircea Dumitru, Geriatrie, Ed. Medicală, București 1982;</li> <li>19. Mocanu, Viorica, Psihologia vîrstelor: Suport de curs pentru studenți: (Ciclul I, licență, pentru alte programe de studii) / Viorica Mocanu, Ana Tarnovschi, Cristina Dolinschi; Universitatea de Stat din Moldova, Facultatea de Psihologie, Științe ale Educației, Sociologie și Asistență Socială Departamentul Psihologie. – Chișinău: CEP USM, 2020;</li> <li>20. Moțet D. Kinetoterapia în beneficiul copilului (Corectarea deficiențelor fizice la copii). București: Ed. Semne, 2011;</li> <li>21. N.N. Trifan, Pediatrie Preventivă, Ed. Medicală, București 1982;</li> <li>22. Niculescu Th. Cezar și colab., Anatomia și Fiziologia Omului, Ed. Corint București 2005;</li> <li>23. Ștefăneț Mihail, Anatomia Omului, Centrul Editorial-Poligrafic Medicina, Chișinău 2008;</li> </ol>		

Aplicații (Seminar / laborator / proiect) <b>Lucrări practice = 14 ore</b>  <b>FIZIOLOGIA VÂRSTELOR</b>	Nr. ore 14	Metode de predare Observația, demonstrația, exercițiul. Lucrări Interactive	Observații
1. Introducere în fiziologia vîrstelor, Delimitările conceptuale privind domeniul fiziologiei vîrstelor	<b>2</b>	Metode de predare Observația, demonstrația, exercițiul. Lucrări Interactive	MIHAI CONSTANTINESCU suport de studiu FIZIOLOGIA VÂRSTELOR pag.3
2. Principalele etape ale dezvoltării umane - fertilizare, perioade embrionare și fetale, Perioade critice în dezvoltarea embrionului. Cauzele deformărilor și defectelor congenitale	<b>2</b>	Metode de predare Observația, demonstrația, exercițiul. Lucrări Interactive	MIHAI CONSTANTINESCU suport de studiu FIZIOLOGIA VÂRSTELOR pag.11
3. Factori care influențează dezvoltarea. Accelerarea	<b>2</b>	Metode de predare Observația, demonstrația, exercițiul. Lucrări Interactive	MIHAI CONSTANTINESCU suport de studiu FIZIOLOGIA VÂRSTELOR pag.18



4. Periodizarea vârstei, Regularități ale creșterii și dezvoltării corpului copilului. Perioadele de vârstă ale dezvoltării copilului	2	Metode de predare Observația, demonstrația, exercițiul. Lucrări Interactive	MIHAI CONSTANTINESCU suport de studiu FIZIOLOGIA VÂRSTELOR pag.24
5. Idei generale despre procesele de creștere și dezvoltare. Principalele diferențe dintre corpul unui copil și un adult, dezvoltarea fizică (metode de evaluare)	2	Metode de predare Observația, demonstrația, exercițiul. Lucrări Interactive	MIHAI CONSTANTINESCU suport de studiu FIZIOLOGIA VÂRSTELOR pag.34
6. Senescența sau îmbătrânirea, mecanisme fiziologice, teorii ale îmbătrânirii	2	Metode de predare Observația, demonstrația, exercițiul. Lucrări Interactive	MIHAI CONSTANTINESCU suport de studiu FIZIOLOGIA VÂRSTELOR pag.44
7. Bolile asociate îmbătrânirii, Sindroamele progeroide, Îmbătrânirea pe organe, sisteme și funcții ale organismului	2	Metode de predare Observația, demonstrația, exercițiul. Lucrări Interactive	MIHAI CONSTANTINESCU suport de studiu FIZIOLOGIA VÂRSTELOR pag.52

#### Bibliografie

1. Niculescu CT, Cârmaciu R, Voiculescu B, Niță C, Sălăvăstru Carmen, Ciornei Cătălina. Anatomia și fiziologia omului. Compendiu. Ed Corint, București 2004.
2. Badiu Ghe., Exarcu Teodorescu., Fiziologia și Fiziopatologia sistemului nervos, Ed. Medicală. București, 1976;
3. Borundel C. Manual de medicină internă pentru cadre medii. București: Ed. ALL, 1995;
4. Briceag, Silvia, Psihologia vîrstelor, Curs universitar , Univ. de Stat "Alec Russo" din Bălți, Fac. de Științe ale Educației, Psihologie și Arte. – Bălți, 2017;
5. Constantinescu Mihai, Kinetoterapia în geriatrie-gerontologie: caiet de lucrări practice, Editura Universității "Ștefan cel Mare", Suceava 2018;
6. Constantinescu Mihai, Kinetoterapia în afecțiuni pediatrie: caiet de lucrări practice, Editura Universității "Ștefan cel Mare", Suceava 2019;
7. Constantinescu Mihai Suport de studiu Fiziologia Vîrstelor, SUCEAVA 2022, (format electronic)
8. Leonard Domnișoru, Compendiu de Medicină Internă, Ed.Național, București 2004;
9. Maria Cordun, Kinetologie Medicală, Ed.Axa, București 1998;
10. Mircea Dumitru, Geriatrie, Ed.Medicală, București 1982;
11. N.N. Trifan, Pediatrie Preventivă, Ed. Medicală, București 1982;

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

Este o disciplină de studiu prevăzută în planul de învățământ pentru MASTERAT. Însușirea conținutului disciplinei conferă cunoștințe și noțiuni fundamentale despre reacțiile și maladiile organismului uman corelate cu efortul fizic. Se analizează modalitățile optime de dirijare a antrenamentului și vieții sportive în scopul eficientizării performanței sportive și evitării bolilor. De asemenea, constituie disciplină necesară pentru înțelegerea și practicarea kinetoterapiei. Contribuie la formarea competențelor și capacitățile profesionale, prezintă aspectele ce reglementează și direcționează desfășurarea activităților cadrului didactic, înarmează specialistul cu instrumente de operaționalizare a modalității de transmitere eficientă a informațiilor. Acest curs prezintă mai multe strategii de predare, centrate pe studentul care și-a format un anumit stil de învățare. Sunt prezentate aspectele ce impun schimbarea strategiei predării, astfel încât să fie satisfăcute necesitățile fiecărui student în parte. Plecând de la considerentul că evaluarea cadrelor didactice are la bază eficiența învățării, este ușor de constatat că strategia de predare constituie punctul forte al activității ce are ca punct central evoluția studentului, de fapt evoluția viitoare a profesionistului. Se aprofundează efectele exercitiului fizic și elementele de fiziopatologie, mai ales în relație cu efortul fizic.

#### 20. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Interventii, exemplificari în cadrul cursului interactiv - Recunoasterea principalelor elemente - Cunoasterea și prezentarea funcțiilor normale	- examen scris și oral	50%

	si patologice ale organismului, cu factorii care le influenteaza si mecanismele de dezvoltare pe parcursul etapelor ontogenezei. (CP 4, CP 7, CP 10, CT 2)		
Seminar			
Laborator	-Participarea la activitățile practice activ și îndeplinirea sarcinilor de lucru -Realizarea temelor de lecție la aplicațiile practice -Participare la lucrări practice și promovarea verificării practice cu minim nota 5. (CP 4, CP 7, CP 10, CT 2)	- probe de evaluare formativă (test docimologic, referat etc.)	50%
Proiect			
Standard minim de performanță			
<b>10.1. Standard minim de performanță evaluare la curs</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Standarde pentru nota 5</li> <li>- însușirea principalelor noțiuni, idei specifice disciplinei;</li> <li>- cunoașterea problemelor de bază din domeniu;</li> <li>- parcurgerea bibliografiei minimale;</li> <li>- participarea la activitățile practice și îndeplinirea sarcinilor de lucru;</li> <li>- realizarea temelor de lecție la aplicațiile practice.</li> <li>- Standarde pentru nota 10</li> <li>- implementarea cunoștințelor acumulate in practica specifică</li> <li>- parcurgerea bibliografiei</li> <li>- cunoașterea si prezentarea functiilor normale si patologice ale organismului, cu factorii care le influenteaza si mecanismele care le intretin</li> </ul>			
<b>10.2. Standard minim de performanță evaluare la activitatea aplicativă</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Standarde pentru nota 5</li> <li>- însușirea principalelor noțiuni, idei specifice disciplinei;</li> <li>- cunoașterea problemelor de bază din domeniu;</li> <li>- parcurgerea bibliografiei minimale;</li> <li>- participarea la activitățile practice și îndeplinirea sarcinilor de lucru;</li> <li>- realizarea temelor de lecție la aplicațiile practice.</li> <li>- Standarde pentru nota 10</li> <li>- implementarea cunoștințelor acumulate in practica specifică</li> <li>- parcurgerea bibliografiei</li> <li>- cunoașterea si prezentarea functiilor normale si patologice ale organismului, cu factorii care le influenteaza si mecanismele care le intretin</li> </ul>			
<p>Studentii angajați cu contract de muncă în domeniul studiilor și studenții sportivi de performanță vor putea beneficia de echivalarea activităților în domeniile respective, în funcție de nivelul de practicare / calificare, numai pe bază de cerere scrisă avizată de titularul de disciplină și aprobată de directorul de departament, dacă cererea este însoțită de adeverința eliberată de angajator/ clubul sportiv / federația sportivă națională.</p>			

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de aplicație
18.09.2024		

Data avizării	Semnătura responsabilului de program
20.09.2024	Conf. univ.dr. VIZITIU LAKHDARI Elena

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
27.09.2024	Conf. univ.dr. GROSU Bogdan

Data aprobării în consiliul facultății	Semnătura decanului
27.09.2024	Prof. univ.dr. LEUCIUC Florin

## FIȘA DISCIPLINEI

(masterat)

## 1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „ȘTEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTERAT PROFESIONALIZARE - APROFUNDARE
Programul de studii	KINETOPROFILAXIE, RECUPERARE ȘI MODELARE CORPORALĂ

## 2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	MASAJ TERAPEUTIC ȘI MODELARE CORPORALĂ				
Titularul activităților de curs	Lector univ. dr. Constantinescu Mihai				
Titularul activităților aplicative	Lector univ. dr. Constantinescu Mihai				
Anul de studiu	I	Semestrul	2	Tipul de evaluare	Examen
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				DAP
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DI - impusă, DO - opțională, DF - facultativă				DI

## 3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

I a) Număr de ore, pe săptămână	2	Curs	1	Seminar	Laborator/lucrări practice	Laborator	1	Proiect	
I b) Totalul de ore (pe semestru) din planul de învățământ	28	Curs	14	Seminar	Laborator/lucrări practice	Laborator	14	Proiect	

II. Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	30
II.b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	20
II.b) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	19
II.d) Tutoriat	
III. Examinări	3
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	69
Total ore pe semestru (Ib+II+III+IV)	100
Numărul de credite	4

## 4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	•
Competențe	•

## 5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	Sala de curs dotata cu aparatura de videoproiecție	
Desfășurare aplicații	Seminar	
	Laborator	Sala de masaj dotata corespunzător cerințelor: mese masaj, oglinzi, banchete, taburete, lenjerie (cearceafuri, prosoape), videoproiector
	Proiect	

## 6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	CP4.Contribuie la procesul de reabilitare CP9.Supraveghează studenții la fizioterapie
Competențe	CT1.Acceptă propria responsabilitate

transversale	
--------------	--

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

Obiectivul general al disciplinei	Înșușirea principalelor tehnici de masaj pentru diferite regiuni corporale, cu indicațiile și contraindicațiile aplicării masajului în vederea asigurării eficienței maxime și a evitării efectelor nedorite.
	Cunoașterea implicării masajului în profilaxia îmbolnavirilor și recuperarea stării de sănătate (CP 4, CP 9, CT 1)

### 8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
<b>Curs 1.</b> Masajul terapeutic indicații, contraindicații, prescrierea și aplicarea masajului terapeutic recuperator, Aria de aplicare a masajului terapeutic.	2	Prezentare power point/ slideuri explicație, conversație	Mihai Constantinescu Suport de curs Masaj terapeutic și modelare corporală Curs 1 Pag.3 Atlas de anatomie umană , Netter, (PPT)
<b>Curs 2.</b> Examinarea subiectului în vederea aplicării masajului terapeutic	2	Prezentare power point/ slideuri explicație, conversație	Mihai Constantinescu Suport de curs Masaj terapeutic și modelare corporală Curs 2 Pag.11 Atlas de anatomie umană , Netter, (PPT)
<b>Curs 3.</b> Stabilirea conținutului ședințelor de masaj în funcție de rezultatele examinării Indicații ale masajului în tratamentul durerii	2	Prezentare power point/ slideuri explicație, conversație	Mihai Constantinescu Suport de curs Masaj terapeutic și modelare corporală Curs 3 Pag.16 Atlas de anatomie umană , Netter, (PPT)
<b>Curs 4.</b> Masajului terapeutic în prevenirea și combaterea diferitelor afecțiuni traumatice ale aparatului locomotor, Indicații ale masajului în tratamentul disfuncțiilor localizate la nivelul pielii și al țesutului subcutanat, Indicații ale masajului în tratamentul disfuncțiilor neuromusculare, Leziuni articulare și periarticulare, Masajul terapeutic în boli ale mușchilor	2	Prezentare power point/ slideuri explicație, conversație	Mihai Constantinescu Suport de curs Masaj terapeutic și modelare corporală Curs 4 Pag.23 Atlas de anatomie umană , Netter, (PPT)
<b>Curs 5.</b> Masajul terapeutic-recuperator în afecțiuni neurologice, Influențele masajului asupra sistemului nervos, Aplicațiile masajului în afecțiuni neurologice, În afecțiunile sistemului nervos periferic, În afecțiunile sistemului nervos central, Aplicații pe afecțiuni.	2	Prezentare power point/ slideuri explicație, conversație	Mihai Constantinescu Suport de curs Masaj terapeutic și modelare corporală Curs 5 Pag.37 Atlas de anatomie umană , Netter, (PPT)
<b>Curs 6</b> Masajului terapeutic în tratamentul și recuperarea sechelelor în urma afecțiunilor reumatismale, Infiltratele la nivelul țesutului celular subcutanat, Infiltratele și indurațiile musculare, Contracturile musculare, Contracturile musculare care însoțesc artropatiile membrelor, Retractivele musculare, Atrofia musculară, Aplicațiile masajului în tratamentul și recuperarea unor afecțiuni reumatismale, cu cele mai frecvente localizări.	2	Prezentare power point/ slideuri explicație, conversație	Mihai Constantinescu Suport de curs Masaj terapeutic și modelare corporală Curs 6 Pag.44 Atlas de anatomie umană , Netter, (PPT)
<b>Curs 7</b> Remodelarea corporală, Criolipoliza, Laser sau LLLT ( Low Level Laser Therapy), Ultrasunete, Cavitația, Radiofrecvența, Tehnologia LED, Presoterapia, Mezoterapia, Împachetările la rece și la cald, Drenaj	2	Prezentare power point/ slideuri explicație, conversație	Mihai Constantinescu Suport de curs Masaj terapeutic și modelare corporală

limfatic, Electrostimularea, Endermologia, un tratament anticelulitic cu tradiție, Liposucția, Procedurile de lifting și plastie, Remodelarea corporală după naștere.		Curs 7 Pag.63 Atlas de anatomie umană , Netter, (PPT)
<b>Bibliografie</b>		
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kaufmann, Limfografia, Ed. Medicală, București 1970; Mihai Constantinescu, suport de curs, Masaj terapeutic și modelare corporală, 2022. (pus la dispoziție de titularul cursului)</li> <li>2. Adrian Ionescu, Masajul, procedee tehnice, metode, efecte, aplicații în sport, Ed. ALL, București 1994; Mihai Constantinescu, suport de curs, Masaj terapeutic și modelare corporală, 2022. (pus la dispoziție de titularul cursului)</li> <li>3. Buluș Liviu, Manualul Maseurului de Relaxare și Întreținere, Ed. Proxima, București 2003;</li> <li>4. Ioan Onac, Masajul medical, Ed. Medicală Universitară „Iuliu Hașeganu” Cluj Napoca 2009; (pus la dispoziție de titularul cursului)</li> <li>5. Ivan Sabin, Micromasajul la îndemâna oricui, Ed. Coresi, București 2004; (pus la dispoziție de titularul cursului)</li> <li>6. Mihai Constantinescu, Masaj și tehnici Complementare, Caiet de lucrări practice, Ed. Universității Ștefan cel Mare, Suceava 2019; (accesibilă la Biblioteca USV)</li> <li>7. Mihai Constantinescu, suport de curs, Masaj terapeutic și modelare corporală, 2022. (pus la dispoziție de titularul cursului)</li> <li>8. Niculescu Th. Cezar și colab., Anatomia și Fiziologia Omului, Ed. Corint București 2005; (pus la dispoziție de titularul cursului)</li> </ol>		
<b>Bibliografie minimală</b>		
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mihai Constantinescu, Masaj și tehnici Complementare, Caiet de lucrări practice, Ed. Universității Ștefan cel Mare, Suceava 2019; (accesibilă la Biblioteca USV)</li> <li>2. Mihai Constantinescu, suport de curs, Masaj terapeutic și modelare corporală, 2022. (pus la dispoziție de titularul cursului)</li> </ol>		

Aplicații (Seminar / laborator / lucrări practice / proiect)	Nr. ore 14	Metode de predare	Observații
<b>LP 1.</b> Masajul terapeutic, indicații, contraindicații, prescrierea și aplicarea masajului terapeutic recuperator	2	explicatie-demonstratie exercițiu	Mihai Constantinescu Suport de curs Masaj terapeutic și modelare corporală LP. 1 Pag.3 Atlas de anatomie umană , Netter, (PPT)
<b>LP 2.</b> Examinarea subiectului în vederea aplicării masajului terapeutic	2	explicatie-demonstratie exercițiu	Mihai Constantinescu Suport de curs Masaj terapeutic și modelare corporală LP. 2 Pag.11 Atlas de anatomie umană , Netter, (PPT)
<b>LP 3.</b> Stabilirea conținutului ședințelor de masaj în funcție de rezultatele examinării Indicații ale masajului în tratamentul durerii	2	explicatie-demonstratie exercițiu	Mihai Constantinescu Suport de curs Masaj terapeutic și modelare corporală LP. 3 Pag.16 Atlas de anatomie umană , Netter, (PPT)
<b>LP 4.</b> Masajului terapeutic în prevenirea și combaterea diferitelor afecțiuni traumatice ale aparatului locomotor, Indicații ale masajului în tratamentul disfuncțiilor localizate la nivelul pielii și al țesutului subcutanat, Indicații ale masajului în tratamentul disfuncțiilor neuromusculare, Leziuni articulare și periarticulare, Masajul terapeutic în boli ale mușchilor	2	explicatie-demonstratie exercițiu	Mihai Constantinescu Suport de curs Masaj terapeutic și modelare corporală LP. 4 Pag.23 Atlas de anatomie umană , Netter, (PPT)
<b>LP 5.</b> Masajul terapeutic-recuperator în afecțiuni neurologice, Influențele masajului asupra sistemului nervos, Aplicațiile masajului în afecțiuni neurologice, În afecțiunile sistemului nervos periferic, În afecțiunile	2	explicatie-demonstratie exercițiu	Mihai Constantinescu Suport de curs Masaj terapeutic și modelare corporală

sistemului nervos central, Aplicații pe afecțiuni.			LP. 5 Pag.37 Atlas de anatomie umană , Netter, (PPT)
<b>LP 6</b> Masajului terapeutic în tratamentul și recuperarea sechelelor în urma afecțiunilor reumatismale, Infiltratele la nivelul țesutului celular subcutanat, Infiltratele și indurațiile musculare, Contracturile musculare, Contracturile musculare care însoțesc artropatiile membrelor, Retracțiile musculare, Atrofia musculară, Aplicațiile masajului în tratamentul și recuperarea unor afecțiuni reumatismale, cu cele mai frecvente localizări.	2	explicatie-demonstratie exercițiu	Mihai Constantinescu Suport de curs Masaj terapeutic și modelare corporală LP. 6 Pag.44 Atlas de anatomie umană , Netter, (PPT)
<b>LP 7</b> Remodelarea corporală, Criolipoliza, Laser sau LLLT ( Low Level Laser Therapy), Ultrasunete, Cavitația, Radiofrecvența, Tehnologia LED, Presoterapia, Mezoterapia, Împachetările la rece și la cald, Drenaj limfatic, Electrostimularea, Endermologia, un tratament anticelulitic cu tradiție, Liposucția, Procedurile de lifting și plastie, Remodelarea corporală după naștere.	2	explicatie-demonstratie exercițiu	Mihai Constantinescu Suport de curs Masaj terapeutic și modelare corporală LP. 7 Pag.63 Atlas de anatomie umană , Netter, (PPT)
<b>Bibliografie</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kaufmann, Limfografia, Ed. Medicală, București 1970; (pus la dispoziție de titularul cursului)</li> <li>2. Adrian Ionescu, Masajul, procedee tehnice, metode, efecte, aplicații în sport, Ed. ALL, București 1994; (pus la dispoziție de titularul cursului)</li> <li>3. Buluș Liviu, Manualul Maseurului de Relaxare și Întreținere, Ed. Proxima, București 2003; (pus la dispoziție de titularul cursului)</li> <li>4. Ioan Onac, Masajul medical, Ed. Medicală Universitară „Iuliu Hașeganu” Cluj Napoca 2009; (pus la dispoziție de titularul cursului)</li> <li>5. Ivan Sabin, Micromasajul la îndemâna oricui, Ed. Coresi, București 2004; (pus la dispoziție de titularul cursului)</li> <li>6. Mihai Constantinescu, Masaj și tehnici Complementare, Caiet de lucrări practice, Ed. Universității Ștefan cel Mare, Suceava 2019; (accesibilă la Biblioteca USV)</li> <li>7. Mihai Constantinescu, suport de curs, Masaj terapeutic și modelare corporală, 2022. (pus la dispoziție de titularul cursului)</li> <li>8. Niculescu Th. Cezar și colab., Anatomia și Fiziologia Omului, Ed. Corint București 2005; (pus la dispoziție de titularul cursului)</li> </ol>			
<b>Bibliografie minimală</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mihai Constantinescu, Masaj și tehnici Complementare, Caiet de lucrări practice, Ed. Universității Ștefan cel Mare, Suceava 2019; (accesibilă la Biblioteca USV)</li> <li>2. Mihai Constantinescu, suport de curs, Masaj terapeutic și modelare corporală, 2022. (pus la dispoziție de titularul cursului)</li> <li>3. ONAC, IOAN., Masajul medical, Editura Medicala Universitara, „Iuliu Hatieganu” Cluj-Napoca, 2009 (pus la dispoziție de titularul cursului)</li> </ol>			

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

Abordarea tematicii în conformitate cu calificarea viitoare și menținerea discuțiilor practice cu specificul de activitate din cabinetul de kinetoterapie.

### **10. Evaluare**

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Intervenții, exemplificări în cadrul Cursului interactive Formarea, consolidarea și perfecționarea cunoștințelor și deprinderilor de aplicare a tehnicilor corespunzătoare diferitelor procedee de masaj (principale, secundare), în funcție de diverse aplicații generale, parțiale, segmentare, locale, cu scop profilactic, igienic, terapeutic și recuperator. (CP 4, CP 9, CT 1)	<b>Evaluare scrisă și oral</b>	<b>50%</b>
Seminar			

Laborator	Implicarea în pregătirea și prezentarea temelor Realizarea unei ședințe de masaj complet, urmărind prelucrarea metodică și sistematică a fiecărei regiuni corporale, în funcție de particularitățile anatomice și funcționale. (CP 4, CP 9, CT 1)	Media notelor la testele curente	<b>50%</b>
Proiect			
Standard minim de performanță			
<p><b>10.1. Standard minim de performanță evaluare la curs</b></p> <p>Standarde pentru nota 5</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- însușirea principalelor noțiuni, idei specifice disciplinei;</li> <li>- cunoașterea problemelor de bază din domeniu;</li> <li>- parcurgerea bibliografiei minimale;</li> <li>- participarea la activitățile practice cu echipament adecvat și îndeplinirea sarcinilor de lucru;</li> <li>- realizarea temelor de lecție la aplicațiile practice</li> </ul> <p>Standarde pentru nota 10</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- implementarea cunoștințelor teoretice acumulate în practica specifică</li> <li>- parcurgerea bibliografiei</li> <li>- implicarea activă în activitățile practice și îndeplinirea sarcinilor de lucru</li> </ul> <p>cunoașterea algoritmului de lucru prin masaj la diferite categorii de persoane</p> <p><b>10.2. Standard minim de performanță evaluare la activitatea aplicativă</b></p> <p>Standarde pentru nota 5</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- însușirea principalelor noțiuni, idei specifice disciplinei;</li> <li>- cunoașterea problemelor de bază din domeniu;</li> <li>- parcurgerea bibliografiei minimale;</li> <li>- participarea la activitățile practice cu echipament adecvat și îndeplinirea sarcinilor de lucru;</li> <li>- realizarea temelor de lecție la aplicațiile practice</li> </ul> <p>Standarde pentru nota 10</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- implementarea cunoștințelor teoretice acumulate în practica specifică</li> <li>- parcurgerea bibliografiei</li> <li>- implicarea activă în activitățile practice și îndeplinirea sarcinilor de lucru</li> </ul> <p>cunoașterea algoritmului de lucru prin masaj la diferite categorii de persoane</p>			
<p>Studentii sportivi de performanță și studenții angajați cu contract de muncă în domeniul studiilor vor putea beneficia de echivalarea activităților în domeniile respective, în funcție de nivelul de practicare / calificare, numai pe bază de cerere scrisă avizată de titularul de disciplină și aprobată de directorul de departament, dacă cererea este însoțită de adeverința eliberată de clubul sportiv / federația sportivă națională / angajator.</p>			

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de aplicație
18.09.2024		

Data avizării	Semnătura responsabilului de program
20.09.2024	Conf. univ.dr. VIZITIU LAKHDARI Elena

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
27.09.2024	Conf. univ.dr. GROSU Bogdan

Data aprobării în consiliul facultății	Semnătura decanului
27.09.2024	Prof. univ.dr. LEUCIUC Florin

**FIȘA DISCIPLINEI**  
(masterat)

**1. Date despre program**

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „ȘTEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTER
Programul de studii	KINETOPROFILAXIE, RECUPERARE ȘI MODELARE CORPORALĂ

**2. Date despre disciplină**

Denumirea disciplinei	MIJLOACELE SPORTULUI ÎN KINETOTERAPIE				
Titularul activităților de curs	PROF. UNIV. DR. FLORIN LEUCIUC				
Titularul activităților de seminar	Lector univ. dr. Holubiuc Iulian				
Anul de studiu	I	Semestrul	II	Tipul de evaluare	E
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				<b>DAP</b>
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DI - impusă, DO - opțională, DF - facultativă				<b>DI</b>

**3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)**

I.a) Număr de ore, pe săptămână	2	Curs	1	Seminar		Lucrări practice	1	Proiect	
I.b) Totalul de ore (pe semestru) din planul de învățământ	28	Curs	14	Seminar		Lucrări practice	14	Proiect	

II. Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	30
II.b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	14
II.b) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	25
II.d) Tutoriat	
III. Examinări	3
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	69
Total ore pe semestru (I.b+II+III+IV)	100
Numărul de credite	4

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

Curriculum	
Competențe	

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

Desfășurare a cursului	- PC sau tabletă, videoprojector, suporturi electronice pentru unitatea de curs, prezentări PPT sau Prezi	
Desfășurare aplicații	Seminar	
	Lucrări practice	• resurse materiale: saltele, aparatura specifica
	Proiect	

**6. Competențe specifice acumulate**

Competențe transversale	CP2.Elaborează programe de exerciții fizice pentru combaterea riscurilor pentru sănătate CP5.Corectează mișcările cu potențial de vătămare
Competențe	CT1.Acceptă propria responsabilitate



profesionale	
--------------	--

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

Obiectivul general al disciplinei	Îmbogățirea bagajului de cunoștințe de specialitate și a modalităților de aplicare a mijloacelor educației fizice și sportului în funcție de particularitățile pacientului și a condițiilor avute la dispoziție.
-----------------------------------	--

### 8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Obiectivele kinetoterapiei	1	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 3. p. 5-7 + PPT (pus la dispoziție)
Exercițiul fizic în kinetoterapie	1	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 3. p. 7-12 + PPT (pus la dispoziție)
Exercițiile fizice și profilaxia	1	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 3. p. 13-16 + PPT (pus la dispoziție)
Tehnici și metode kinetoterapeutice	1	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 3. p. 16-20 + PPT (pus la dispoziție)
Deprinderi motrice de bază. Deprinderi motrice utilitar-aplicative	2	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 3. p. 22-27 + PPT (pus la dispoziție)
Deprinderi specifice sportive	3	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 3. p. 27-28 + PPT (pus la dispoziție)
Calități motrice	4	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 3. p. 28-35 + PPT (pus la dispoziție)
Stretching (tipologie, beneficii)	1	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 3. p. 35-39 + PPT (pus la dispoziție)

#### Bibliografie

24. Cordun, M., Kinetologie medicală. Editura Axa, București, 1999 (pus la dispoziție de titularul cursului)
25. Cotoman, R., Kinetoterapie - Metodica desfășurării activității practice, Editura Fundației România de Măine, București, 2006 (pus la dispoziție de titularul cursului)
26. Leuciuc F., Mijloacele sportului în kinetoterapie (note de curs) (pus la dispoziție de titularul cursului)
27. Marcu, V., Dan, M., (coordonatori) Kinetoterapie. Editura Universității din Oradea, 2006 (pus la dispoziție de titularul cursului)
28. Mârza-Dănilă, D., Bazele generale ale kinetoterapiei. Editura Alma Mater, Bacău, 2012 (pus la dispoziție de titularul cursului)
29. Rață, G., Rață, C.B., Aptitudinile în activitatea motrică. Editura Edu-Sport, Bacău, 2006 (pus la dispoziție de titularul cursului)
30. Sbenche, T., Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare. Editura Medicală, București, 1987 (pus la dispoziție de titularul cursului)
31. Todea, S.F., 2001, Exercițiul fizic în educație fizică, sport și kinetoterapie. Teorie și metodică, editura Fundației România de Măine, București (pus la dispoziție de titularul cursului)

#### Bibliografie minimală

1. Cordun, M., Kinetologie medicală. Editura Axa, București, 1999 (pus la dispoziție de titularul cursului)
2. Cotoman, R., Kinetoterapie - Metodica desfășurării activității practice, Editura Fundației România de Măine, București, 2006 (pus la dispoziție de titularul cursului)

3. Leuciuc F., Mijloacele sportului în kinetoterapie (note de curs) (pus la dispoziție de titularul cursului)
4. Marcu, V., Dan, M., (coordonatori) Kinetoterapie. Editura Universității din Oradea, 2006 (pus la dispoziție de titularul cursului)
5. Mârza-Dănilă, D., Bazele generale ale kinetoterapiei. Editura Alma Mater, Bacău, 2012 (pus la dispoziție de titularul cursului)
6. Rață, G., Rață, C.B., Aptitudinile în activitatea motrică. Editura Edu-Sport, Bacău, 2006 (pus la dispoziție de titularul cursului)

Aplicații (lucrări practice) 14 ore	Nr. ore	Metode de predare	Observații
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evaluare inițială</li> <li>• Prezentarea condițiilor de desfășurare a lucrărilor practice</li> </ul>	2	Expunere - explicație Descrierea Demonstrația Metoda exersării Evaluarea	Bibliografie 3. (pusă la dispoziția studentului)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mijloacele sportului – activități motrice gimnice</li> </ul>	2	Expunere - explicație Descrierea Demonstrația Metoda exersării	Bibliografie 3. (pusă la dispoziția studentului)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mijloacele sportului – activități motrice recreative</li> </ul>	2	Expunere - explicație Descrierea Demonstrația Metoda exersării	Bibliografie 3. (pusă la dispoziția studentului)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mijloacele sportului – activități motrice ludice</li> </ul>	2	Expunere - explicație Descrierea Demonstrația Metoda exersării	Bibliografie 3. p. 5-7
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mijloacele sportului – activități motrice agonistice</li> </ul>	2	Expunere - explicație Descrierea Demonstrația Metoda exersării	Bibliografie 3. (pusă la dispoziția studentului)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mijloacele sportului – activități motrice compensatorii (de recuperare)</li> </ul>	2	Expunere - explicație Descrierea Demonstrația Metoda exersării	Bibliografie 3. (pusă la dispoziția studentului)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verificare practică, evaluarea condiției fizice</li> </ul>	2	Expunere - explicație Descrierea Demonstrația Metoda exersării Evaluarea	Bibliografie 3. (pusă la dispoziția studentului)

#### Bibliografie

1. Cordun, M., Kinetologie medicală. Editura Axa, București, 1999 (pus la dispoziție de titularul cursului)
2. Cotoman, R., Kinetoterapie - Metodica desfășurării activității practice, Editura Fundației România de Măine, București, 2006 (pus la dispoziție de titularul cursului)
3. Leuciuc F., Mijloacele sportului în kinetoterapie (note de curs) (pus la dispoziție de titularul cursului)
4. Marcu, V., Dan, M., (coordonatori) Kinetoterapie. Editura Universității din Oradea, 2006 (pus la dispoziție de titularul cursului)
5. Mârza-Dănilă, D., Bazele generale ale kinetoterapiei. Editura Alma Mater, Bacău, 2012 (pus la dispoziție de titularul cursului)
6. Rață, G., Rață, C.B., Aptitudinile în activitatea motrică. Editura Edu-Sport, Bacău, 2006 (pus la dispoziție de titularul cursului)
7. Todea, S.F., 2001, Exercițiul fizic în educație fizică, sport și kinetoterapie. Teorie și metodică, editura Fundației România de Măine, București (pus la dispoziție de titularul cursului)

#### Bibliografie minimală

1. Cordun, M., Kinetologie medicală. Editura Axa, București, 1999 (pus la dispoziție de titularul cursului)
2. Cotoman, R., Kinetoterapie - Metodica desfășurării activității practice, Editura Fundației România de Măine, București, 2006 (pus la dispoziție de titularul cursului)
3. Leuciuc F., Mijloacele sportului în kinetoterapie (note de curs) (pus la dispoziție de titularul cursului)

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

Este o disciplină de studiu prevăzută în planul de învățământ, din ciclul de masterat profesional ce contribuie la

formarea competențelor profesionale. Disciplina urmărește să obișnuiască studenții cu realizarea unui proces instructiv-educativ bazat pe respectarea principiilor didactice și pe folosirea metodelor generale și specifice de predare în funcție de particularitățile subiecților, prin introducerea strategiilor educaționale centrate pe elev/student. Sunt prezentate aspectele ce impun schimbarea strategiei astfel încât să fie satisfăcute necesitățile fiecărui student în parte.

## 11. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	- Cunoașterea conceptelor de bază ale activităților motrice (CP2, CP5, CT1). - Cunoașterea activităților specifice: deprinderi motrice, calități motrice, stretching, mijloace de acționare în scop kinetoterapeutic (CP2, CP5, CT1).	- examen scris și oral	50%
Lucrări practice	- elaborarea, aplicarea și conducerea unei activități motrice ce cuprinde exerciții specifice, participare activă (CP2, CP5, CT1).	- proiect – activități motrice în kinetoterapiei (demonstrarea unui complex de exerciții specifice)	50%

Standard minim de performanță

Studenții sportivi de performanță și studenții angajați cu contract de muncă în domeniul studiilor vor putea beneficia de echivalarea activităților în domeniile respective, în funcție de nivelul de practicare / calificare, numai pe bază de cerere scrisă avizată de titularul de disciplină și aprobată de directorul de departament, dacă cererea este însoțită de adeverința eliberată de clubul sportiv / federația sportivă națională / angajator.

10.1. Standard minim de performanță evaluare la CURS: Cunoașterea conceptelor de bază ale activităților motrice

10.2. Standard minim de performanță evaluare la LUCRĂRI PRACTICE: Cunoașterea activităților specifice: deprinderi motrice, calități motrice, stretching, mijloace de acționare în scop kinetoterapeutic

Standard pentru nota 10

CURS: Cunoașterea conceptelor de bază ale activităților motrice

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de aplicație
18.09.2024		

Data avizării	Semnătura responsabilului de program
20.09.2024	Conf. univ.dr. VIZITIU LAKHDARI Elena

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
27.09.2024	Conf. univ.dr. GROSU Bogdan

Data aprobării în consiliul facultății	Semnătura decanului
27.09.2024	Prof. univ.dr. LEUCIUC Florin

## FIȘA DISCIPLINEI

### 1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „ȘTEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTER
Programul de studii/calificarea	KINETOPROFILAXIE, RECUPERARE ȘI MODELARE CORPORALĂ

### 2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	STAGIU DE PRACTICĂ DE SPECIALITATE				
Titularul activităților de curs					
Titularul activităților de seminar	Conf. univ. dr. Maria Daniela Crăciun				
Anul de studiu	I	Semestrul	2	Tipul de evaluare	Colocviu
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				DAP
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DI - impusă, DO - opțională, DF - facultativă				DI

### 3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

Număr de ore pe săptămână		Curs		Seminar		Lucrări practice		Proiect	
Totalul de ore din planul de învățământ		Curs		Seminar		Lucrări practice	42	Proiect	

Distribuția fondului de timp	ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	30
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	70
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	30
Tutoriat	
Examinări	3
Alte activități: pregătire frontală	

Total ore studiu individual	130
Total ore pe semestru	175
Numărul de credite	7

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

Curriculum	.
Competențe	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cunoașterea principalelor noțiuni specifice recuperării kinetice;</li> <li>- Cunoașterea principalelor metode și mijloace de recuperare și evaluare .</li> <li>- Abilități, cunoștințe certe și argumentate ale recuperării kinetice;</li> <li>- Comentarea și analizarea programelor și problemelor în diverse afecțiuni;</li> <li>- Realizarea programelor de tratament kinetic în afecțiunile studiate.</li> </ul>

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

Desfășurare a cursului		
Desfășurare aplicații	Seminar	
	Laborator	Mod de organizare – pe grupe
	Proiect	

### 6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	CP1.Promovează incluziunea CP2.Elaborează programe de exerciții fizice pentru combaterea riscurilor pentru sănătate CP3.Efectuează evaluări fizioterapeutice CP4.Contribuie la procesul de reabilitare
Competențe transversale	CT2.Utilizează diferite canale de comunicare

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

Obiectivul general al disciplinei	Dezvoltarea și consolidarea abilităților practice specifice kinetoterapiei în centrele de specialitate. CP2, CP3, CP4, CT2
-----------------------------------	--

**8. Conținuturi**

Aplicații (Seminar/laborator/proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Organizarea grupelor de studenți și împărțirea lor pe grupe de lucru. Prezentarea bazei de practică. Prezentarea regulilor și condițiilor de desfășurare a stagiului de practică.	3	demonstrația practica	Bibliografie 1 pg. 25-51, Bibliografie 3. Cap. 3, pg.28 - 48
2. Organizare; Cunoașterea și familiarizarea cu tipul de tratament în centrele de specialitate	3	demonstrația practica	Bibliografie 1 pg. 9-85, Bibliografie 5. pg.1 - 235
3. Cunoașterea și utilizarea aparaturii din dotare	3	demonstrația practica	Bibliografie 1 pg. 68-79, Bibliografie 5. pg.1 - 235
4. Realizarea anamnezei, explorării și evaluării funcționale pe aparate și sisteme și sintetizarea rezultatelor în cadrul fișei de observare	3	demonstrația practica	Bibliografie 3
5. Manevrarea bolnavilor/clienților în funcție de specificul afecțiunii/ procedurii și scopul urmărit a) Stabilirea diagnosticului funcțional corect pe baza diagnosticului clinic și a explorărilor și evaluărilor specifice efectuate b) Stabilirea obiectivelor generale, ierarhizarea lor în funcție de priorități și etapizarea programului de recuperare, în scopul atingerii eșalonate, progresive a obiectivelor stabilite. c) Cunoașterea specificului activității de kinetoprofilaxie și recuperare: monitorizarea pacientului, posturarea pacientului pentru controlul durerii și prevenirea complicațiilor (escare, tromboembolii etc). d) Recunoașterea, prezentarea și execuția metodelor, procedurilor și tehnicilor de kinetice folosite în practica de specialitate pe diferite grupe de afecțiuni.	3	demonstrația practica	Bibliografie 1 Cap 7, pg. 99-131, Cap 9 pg.147-171, Cap11-12, pg. 193-237, Bibliografie 2. pg.113 - 265
6. Manevrarea bolnavilor/clienților în funcție de specificul afecțiunii/ procedurii și scopul urmărit	3	demonstrația practica	Bibliografie 1 Cap 7, pg. 99-131, Cap 9 pg.147-171, Cap11-12, pg. 193-237, Bibliografie 2. pg.113 - 265
7. Manevrarea bolnavilor/clienților în funcție de specificul afecțiunii/ procedurii și scopul urmărit	3	demonstrația practica	Bibliografie 1 Cap 7, pg. 99-131, Cap 9 pg.147-171, Cap11-12, pg. 193-237, Bibliografie 2. pg.113 - 265
8. Manevrarea bolnavilor/clienților în funcție de specificul afecțiunii/ procedurii și scopul urmărit	3	demonstrația practica	Bibliografie 1 Cap 7, pg. 99-131, Cap 9 pg.147-171, Cap11-12, pg. 193-237, Bibliografie 2. pg.113 - 265
9. Manevrarea bolnavilor/clienților în funcție de specificul afecțiunii/ procedurii și scopul urmărit	3	demonstrația practica	Bibliografie 1 Cap 7, pg. 99-131, Cap 9 pg.147-171, Cap11-12, pg. 193-237, Bibliografie 2. pg.113 - 265
10. Manevrarea bolnavilor/clienților în funcție de specificul afecțiunii/ procedurii și scopul urmărit	3	demonstrația practica	Bibliografie 1 Cap 7, pg. 99-131, Cap 9 pg.147-171,

			Cap11-12, pg. 193-237, Bibibliografie 2. pg.113 - 265
11. Manevrarea bolnavilor/clientilor în funcție de specificul afecțiunii/ procedurii și scopul urmărit	3	demonstrația practica	Bibibliografie 1 Cap 7, pg. 99-131, Cap 9 pg.147-171, Cap11-12,pg. 193-237, Bibibliografie 2. pg.113 - 265
12. Manevrarea bolnavilor/clientilor în funcție de specificul afecțiunii/ procedurii și scopul urmărit	3	demonstrația practica	Bibibliografie 1 Cap 7, pg. 99-131, Cap 9 pg.147-171, Cap11-12, pg. 193-237, Bibibliografie 2. pg.113 - 265
13. Manevrarea bolnavilor/clientilor în funcție de specificul afecțiunii/ procedurii și scopul urmărit	3	demonstrația practica	Bibibliografie 1 Cap 7, pg. 99-131, Cap 9 pg.147-171, Cap11-12, pg. 193-237, Bibibliografie 2. pg.113 - 265
14. Susținerea Colocviului	3	evaluare	

#### Bibliografie

1. Albu Adriana, Albu C, Petcu I. Asistența în Familie a Persoanei cu Deficiență Funcțională – Tehnici de îngrijire și manevrare a bolnavului. Ed. Polirom, Iași, 2001.
2. Cioroiu, S.G., Kinetoterapie de la teorie la practică. Ed. Universitatii Transilvania, Brasov 2012
3. Cordun M. Kinetologie medicală, Ed. Axa, București, 1999
4. Cotoman Rodica, Kinetoterapie, Metodica desfășurării activității practice, Ed. Fundatieie România de mâine, Bucuresti, 2005
5. Olarioiu [Marinela](#), Manoiu [Vasile](#), Compendiu. Ingrijiri paliative la domiciliu, Ed. Viata medicală româneasca, Bucuresti 2004;
6. Jianu Anca, Timbuș L. Manevrarea bolnavului: tehnici speciale. Ed. Fundației România de Măine, București, 2010.
7. Titirca [Lucretia](#). Ghid de nursing cu tehnici de evaluare si ingrijiri corespunzatoare nevoilor fundamentale - Vol. I, Ed. Viața Medicală Românească, Bucuresti 2008;
8. Sbenghe T., Kinetologie, Editura Medicala, Bucuresti, 2020
9. Sbenghe T, Recuperarea medicală la domiciliul bolnavului, Ed. Medicală, București, 1996
10. Sidenco Elena Luminița, Medicina fizică în recuperarea medicală, Ed. Universitară Carol Davila, București, 2005.

#### Bibliografie minimală

1. Albu Adriana, Albu C, Petcu I. Asistența în Familie a Persoanei cu Deficiență Funcțională – Tehnici de îngrijire și manevrare a bolnavului. Ed. Polirom, Iași, 2001.
2. Cioroiu, S.G., Kinetoterapie de la teorie la practică. Ed. Universitatii Transilvania, Brasov 2012
3. Cordun M. Kinetologie medicală, Ed. Axa, București, 1999

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

Este o disciplină de studiu prevăzută în planul de învățământ, pentru al II-lea ciclu de formare profesională, master, face parte din disciplinele de specialitate ce contribuie la formarea competențelor și capacităților specifice, prezintă aspectele ce reglementează și direcționează desfășurarea activităților practice specifice domeniului. Disciplina are ca scop aplicarea principalelor tehnici folosite în kinetoterapie. Este o disciplină de specialitate obligatorie, care asigura un suport practic util pentru procesul de recuperare kinetică.

#### 10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs			
Practică	- Capacitatea de a transfera conceptele teoretice în practică;	- colocviu individual oral - portofoliu de practică: realizarea raportului de	50% 50%

	CP1, CP2, - Aplicarea procedurilor kinetice in functie de afectiuni în unități de întreținere și tratament CP3, CP4, CT2	activitate practica si a caietului de practică	
Laborator		- alte activități ( <i>precizați</i> ):.....	
Proiect			

**Standarde minime de performanță**

Standarde minime de performanță evaluare la activitatea aplicativă.

- organizare și desfășurare a activităților specifice;
- realizarea temelor de lecție la aplicațiile practice;
- implicarea activă în activitățile practice și îndeplinirea sarcinilor de lucru;

Studentii angajați cu contract de muncă în domeniul studiilor și studenții sportivi de performanță vor putea beneficia de echivalarea activităților în domeniile respective, în funcție de nivelul de practicare / calificare, numai pe bază de cerere scrisă avizată de titularul de disciplină și aprobată de directorul de departament, dacă cererea este însoțită de adeverința eliberată de angajator/ clubul sportiv / federația sportivă națională.

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de seminar
15.09.2024		

Data avizării	Semnătura responsabilului de program
20.09.2024	Conf. univ.dr. VIZITIU LAKHDARI Elena

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
27.09.2024	Conf. univ.dr. GROSU Bogdan

Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului
27.09.2024	Prof. univ.dr. LEUCIUC Florin

**FIȘA DISCIPLINEI**  
(masterat)

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „ȘTEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	KINETOPROFILAXIE, RECUPERARE ȘI MODELARE CORPORALĂ
Ciclul de studii	MASTER
Programul de studii/calificarea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	GIMNASTICA ÎN KINETOTERAPIE ȘI MODELARE CORPORALĂ				
Titularul activităților de curs	Lect. univ. dr. Oana PAȚA				
Titularul activităților de seminar	Lect. univ. dr. Oana PAȚA				
Anul de studiu	I	Semestrul	1	Tipul de evaluare	Examen 7 CREDITE
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DSI – disciplină de sinteză, DAP – Disciplină de aprofundare				DAP
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DI - obligatorie (impusă), DO - opțională (la alegere), DF - facultativă (liber aleasă)				DO

3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

Număr de ore pe săptămână	3	Curs	2	Seminar		Lucrări practice	1	Proiect	
Totalul de ore din planul de învățământ	42	Curs	28	Seminar		Lucrări practice	14	Proiect	

II. Distribuția fondului de timp	ore
II a. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	50
II b. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	30
II c. Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	50
II d. Tutoriat	
III. Examinări	3
IV. Alte activități:	
Total ore studiu individual	130
Total ore pe semestru	175
Numărul de credite	7

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	
Competențe	<p>Elaborarea unor programe de gimnastică cu scop profilactic, de recuperare și modelare corporală</p> <p>Asumarea responsabilității de a elabora programe cu exerciții de gimnastică medicală în scopul aplicării lor în vederea autoperfecționării.</p> <p>Formarea capacității de elaborare și aplicare a programelor de recuperare prin activități motrice bazate pe nevoile specifice ale persoanelor cu dizabilități, boli cronice și metabolice. Formarea capacității de a identifica și aplica mijloace de gimnastică, în elaborarea programelor de kinetoprofilaxie și recuperare.</p> <p>Formarea capacității de organizare și desfășurare a activităților specifice kinetoprofilaxiei, recuperării și modelării corporale în centre de specialitate.</p>

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> <li>resurse materiale: PC, videoproiector, suporturi electronice pentru unitatea de curs, prezentări PPT, soft-uri educaționale, CD-uri, DVD-uri, foi A4 și A3, planșe.</li> <li>mod de organizare: frontal</li> </ul>
------------------------	---



		<ul style="list-style-type: none"> <li>metode utilizate în predare: prelegere, explicație, curs interactiv, joc de rol</li> <li>mod de organizare: frontal, grup, individual</li> <li>resurse materiale: planșe. Kinograme, video-proiector, cărți.</li> </ul>
Desfășurare aplicații	Lucrări practice	<ol style="list-style-type: none"> <li>- metode: verbale (expunerea, explicația, conversația), intuitive (observarea, demonstrația), practice (exersarea), evaluarea.</li> <li>- resurse procedurale: grup /pereche, individual</li> <li>- resurse materiale: materiale didactice specifice</li> <li>mod de organizare: frontal, grup, individual</li> <li>resurse materiale: saltele de gimnastică, obiecte portative(bastoane, corzi, panglici, cercuri, mingi), aparate de gimnastică, ladă de gimnastică, capra de gimnastică, trambulina semielastică.</li> </ol>
	Proiect	

#### 6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	CP2.Elaborează programe de exerciții fizice pentru combaterea riscurilor pentru sănătate CP4.Contribuie la procesul de reabilitare CP5.Corectează mișcările cu potențial de vătămare
Competențe transversale	CT2.Utilizează diferite canale de comunicare

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

Obiectivul general al disciplinei	Formarea unui sistem de deprinderi motrice specifice gimnasticii și diversificarea mijloacelor în vederea învățării elementelor acrobaticice din conținutul gimnasticii la liceu, însușirea săriturilor la aparatele de gimnastică și a unei succesiuni metodice corecte în vederea aplicării lor optime, corecte, în procesul de instruire în liceu.	
Obiectivele specifice	Curs	C.G.2. Elaborarea unor programe de gimnastică cu scop profilactic, de recuperare și modelare corporală C.G.4. Asumarea responsabilității de a elabora programe cu exerciții de gimnastică medicală în scopul aplicării lor în vederea autoperfecționării.
	Seminar	
	Laborator	Dezvoltarea aptitudinilor și capacităților de concepere și execuție a unor programe cu mijloace de gimnastică specifice kinetoprofilaxiei și recuperării medicale pentru persoanele cu dizabilități, boli cronice sau metabolice. (CS1) C.S.4. Formarea capacității de a identifica și aplica mijloace de gimnastică, în elaborarea programelor de kinetoprofilaxie și recuperare. C.S.7. Formarea capacității de organizare și desfășurare a activităților specifice kinetoprofilaxiei, recuperării și modelării corporale în centre de specialitate.
	Proiect	

#### 8. Conținuturi

CURS - 14 ore		Nr. ore	Metode de predare	Observații
1.	Conținutul și scopurile kinetoprofilaxiei, recuperării și modelării corporale prin mijloace de gimnastică.	2	Verbale: Prelegerea, Expunerea Explicația Conversația Brainstorming Intuitive: Prezentare PPT, planșe, vizionare filme. Observația	Bibliografie 12, p.13-25 (pus la dispoziție). Bibliografie 12, p.27-32 (pus la dispoziție).
2.	Conținuturi de gimnastică de bază utilizate în alcătuirea programelor de recuperare și modelare corporală. Rolul exercițiilor de dezvoltare fizică generală în alcătuirea programelor cu rol profilactic și de recuperare medicală.	2	Verbale: Prelegerea, Expunerea Explicația Conversația Brainstorming Intuitive: Prezentare PPT, planșe, vizionare filme. Observația	Bibliografie 12, p.33-51 (pus la dispoziție). Bibliografie 4, p.98-106

3. Conținuturi de gimnastică de bază utilizate în alcătuirea programelor de recuperare și modelare corporală. Rolul exercițiilor aplicative în alcătuirea programelor de recuperare medicală.	2	Verbale: Prelegerea, Expunerea Explicația Conversația Brainstorming Intuitive: Presentare PPT, planșe, vizionare filme. Observația	Bibliografie 1, p.226 - 231 (Biblioteca USV)
4. Rolul exercițiilor de gimnastică ritmică în elaborarea unor programe de profilaxie și recuperare medicală.	2	Verbale: Prelegerea, Expunerea Explicația Conversația Brainstorming Intuitive: Presentare PPT, planșe, vizionare filme. Observația	Bibliografie 6, p.37-42 (pus la dispoziție)
5. Gimnastica aerobică și rolul său în profilaxie, recuperare și modelare corporală	2	Verbale: Prelegerea, Expunerea Explicația Conversația Brainstorming Intuitive: Presentare PPT, planșe, vizionare filme. Observația	Bibliografie 8, p.17-23 (pus la dispoziție)
6. Rolul jocurilor de mișcare în alcătuirea programelor de recuperare și aplicarea lor în vederea kinetoprofilaxiei, recuperării și modelării corporale.	2	Verbale: Prelegerea, Expunerea Explicația Conversația Brainstorming Intuitive: Presentare PPT, planșe, vizionare filme. Observația	Bibliografie 7, p.17-24 (pus la dispoziție)
7. Rolul mijloacelor de gimnastică în organizarea programelor de kinetoterapie Principii, mijloace și metode de aplicare a exercițiilor fizice	2	Verbale: Prelegerea, Expunerea Explicația Conversația Brainstorming Intuitive: Presentare PPT, planșe, vizionare filme. Observația	Bibliografie 1, p.62 (pus la dispoziție). Bibliografie 1, p.68 (pus la dispoziție).
8. Mijloace și metode de aplicare a exercițiilor fizice Conținutul și metodică alcătuirea programelor de gimnastică medicală pentru recuperarea după intervențiile asupra coloanei lombo-sacrate		Verbale: Prelegerea, Expunerea Explicația Conversația Brainstorming Intuitive: Presentare PPT, planșe, vizionare filme. Observația	Bibliografie 1, p.88, (pus la dispoziție)
9. Conținutul și metodică alcătuirii programelor de gimnastică medicală în vederea recuperării traumatismelor centurii scapulare și a umărului		Verbale: Prelegerea, Expunerea Explicația Conversația Brainstorming Intuitive: Presentare PPT, planșe, vizionare filme. Observația	Bibliografie 1, p.146, (pus la dispoziție)

10. Conținutul și metodică alcătuirii programelor de gimnastică medicală în vederea recuperării traumatismelor cotului antebrațului și mâinii		Verbale: Prelegerea, Expunerea Explicația Conversația Brainstorming Intuitive: Presentare PPT, planșe, vizionare filme. Observația	Bibliografie 1, p.157, (pus la dispoziție)
11. Conținutul și metodică alcătuirii programelor de gimnastică în vederea recuperării în urma traumatismelor șoldului și coapsei		Verbale: Prelegerea, Expunerea Explicația Conversația Brainstorming Intuitive: Presentare PPT, planșe, vizionare filme. Observația	Bibliografie 1, p.181, (pus la dispoziție)
12. Conținutul și metodică alcătuirii programelor de gimnastică în vederea recuperării în urma traumatismelor genunchiului		Verbale: Prelegerea, Expunerea Explicația Conversația Brainstorming Intuitive: Presentare PPT, planșe, vizionare filme. Observația	Bibliografie 1, p.216, (pus la dispoziție)
13. Conținutul și metodică alcătuirii programelor de gimnastică în vederea recuperării în urma traumatismelor gambei		Verbale: Prelegerea, Expunerea Explicația Conversația Brainstorming Intuitive: Presentare PPT, planșe, vizionare filme. Observația	Bibliografie 1, p.235, (pus la dispoziție)
14. Conținutul și metodică alcătuirii programelor de gimnastică în vederea recuperării în urma traumatismelor gleznei și piciorului		Verbale: Prelegerea, Expunerea Explicația Conversația Brainstorming Intuitive: Presentare PPT, planșe, vizionare filme. Observația	Bibliografie 1, p.239, (pus la dispoziție)

### Bibliografie

1. BACIU C., RADOVICI I., CRISTEA D., CONSTANTINESCU C., JURIAN Z., (1981), Kineto-terapia pre-și Postoperatorie, Editura Sport-Turism, București
2. LUCA A., (1998), Gimnastica în școală, Editura Universității "Al. Ioan Cuza" Iași
3. NANU L., DRĂGAN T.M.(2010), Manual de gimnastică, Editura Galați University Press, Galați
4. PETRE PAȚA O., (2015), Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii artistice și acrobatice, Editura Universității "Ștefan cel Mare" din Suceava, Suceava, vol1
5. PETRE PAȚA O., (2016), Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii artistice și acrobatice, Editura Universității "Ștefan cel Mare" din Suceava, Suceava, vol2
6. POPESCU, G., (2003), Gimnastica de bază, Structura și organizarea activităților de educație fizică și sport, Volumul 1, Editura Perpressicus, București.
7. POPESCU, G., (2005), Gimnastica Pregătirii, Educării, Dezvoltării fizice generale, Editura Elisaveros, București.
8. POPESCU, G., (2005), Impact aerobic, Editura Elisaveros, București.
9. STOENESCU, G., (1978), Gimnastica ritmică modernă, Editura Sport – Turism, București
10. POPESCU, G., (2007), Gimnastică acrobatică în școală, Gimnastică artistică, Editura Elisaveros, București.
11. TALAGHIR, L-GH., (2010), Gimnastica în liceu, Editura Zigotto, Galați
12. TUDUSCIUC, I., (1984), Gimnastica sportivă, Editura Sport - Turism, București
13. TUDOSCIUC, I., (2001), Gimnastică artistică sportivă, Editura Fundației România de Măine, București

**Bibliografie minimală**

1. LUCA A., (1987), Gimnastica în școală, Editura Universității "Al. Ioan Cuza" Iași
2. POPESCU, G., (2003), Gimnastica de bază, Structura și organizarea activităților de educație fizică și sport, Volumul 1, Editura Perpressicus, București.
3. POPESCU, G., (2005), Gimnastica Pregătirii, Educării, Dezvoltării fizice generale, Editura Elisaváros, București.
4. POPESCU, G., (2005), Impact aerobic, Editura Elisaváros, București.
5. POPESCU, G., (2007), Gimnastică acrobatică în școală, Gimnastică artistică, Editura Elisaváros, București.
6. STOENESCU, G., (1978), Gimnastica ritmică modernă, Editura Sport – Turism, București
7. TALAGHIR, L-GH., (2010), Gimnastica în liceu, Editura Zigotto, Galați

Aplicații (Seminar/laborator/proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
<b>Lecția 1.</b> Complexe de exerciții de dezvoltare fizică generală (libere) . Însușirea unor elemente acrobatice simple de echilibru și forță.	2 ore	Intuitive (observația, demonstrația), Practice (exersarea, repetarea); Specifice: asigurarea și ajutorul;	Bibliografie 12, p.13-25 (pus la dispoziție). Bibliografie 12, p.27-32 (pus la dispoziție).
<b>Lecția 2.</b> Complex de exerciții de dezvoltare fizică generală, cu obiecte portative (bastoane, cercuri, mingi). Legări de elemente acrobatice statice și dinamice pentru dezvoltarea îndemânării.	2 ore	Intuitive (observația, demonstrația), Practice (exersarea, repetarea); Specifice: asigurarea și ajutorul;	Bibliografie 12, p.33-51 (pus la dispoziție). Bibliografie 4, p.98-106
Lecția 3. Complex de exerciții de dezvoltare fizică generală, la banca de gimnastică. Perfecționarea legărilor de elemente acrobatice, linii acrobatice.	2 ore	Intuitive (observația, demonstrația), Practice (exersarea, repetarea); Specifice: asigurarea și ajutorul;	Bibliografie 1, p.226 - 231 (Biblioteca USV)
Lecția 4 Complex de exerciții de dezvoltare fizică generală, la scara fixă. Exerciții aplicative nespecifice gimnasticii și specifice gimnasticii. Parcursuri aplicative	2 ore	Intuitive (observația, demonstrația), Practice (exersarea, repetarea); Specifice: asigurarea și ajutorul;	Bibliografie 6, p.37-42 (pus la dispoziție)
Lecția 5 Complex de exerciții de dezvoltare fizică generală pe fond muzical. Exerciții aplicative, Parcursuri utilitar aplicative.	2 ore	Intuitive (observația, demonstrația), Practice (exersarea, repetarea); Specifice: asigurarea și ajutorul;	Bibliografie 8, p.17-23 (pus la dispoziție)

Lecția 6 Parcursuri aplicative cu exerciții de gimnastică. Parcursuri aplicative sub formă de întrecere. Jocuri de mișcare.	2 ore	Intuitive (observația, demonstrația), Practice (exersarea, repetarea); Specifice: asigurarea și ajutorul;	Bibliografie 7, p.17- 24 (pus la dispoziție)
Lecția 7. Prezentarea unui program de kinetoterapie cu exerciții de gimnastică, respectând principiile și metodele de aplicare a exercițiilor fizice medicale.	2 ore	Intuitive (observația, demonstrația), Practice (exersarea, repetarea); Specifice: asigurarea și ajutorul;	Bibliografie 7, p.25- 32 (pus la dispoziție).
<b>Bibliografie</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. LUCA A., (1998), Gimnastica în școală, Editura Universității "Al. Ioan Cuza" Iași</li> <li>2. NANU L., DRĂGAN T.M.(2010), Manual de gimnastică, Editura Galați University Press, Galați</li> <li>3. PETRE PAȚA O., (2015), Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii artistice și acrobatice, Editura Universității "Ștefan cel Mare" din Suceava, Suceava, vol1</li> <li>4. PETRE PAȚA O., (2016), Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii artistice și acrobatice, Editura Universității "Ștefan cel Mare" din Suceava, Suceava, vol2</li> <li>5. POPESCU, G., (2003), Gimnastica de bază, Structura și organizarea activităților de educație fizică și sport, Volumul 1, Editura Perpessicius, București.</li> <li>6. POPESCU, G., (2005), Gimnastica Pregătirii, Educării, Dezvoltării fizice generale, Editura Elisaveros, București.</li> <li>7. POPESCU, G., (2005), Impact aerobic, Editura Elisaveros, București.</li> <li>8. POPESCU, G., (2007), Gimnastică acrobatică în școală, Gimnastică artistică, Editura Elisaveros, București.</li> <li>9. STOENESCU G., (1978), Gimnastică ritmică sportivă, Editura Sport - Turism, București</li> <li>10. TALAGHIR, L-GH., (2009), Gimnastica în liceu, Editura Zigotto, Galați</li> <li>11. TUDUSCIUC, I., (1984), Gimnastica sportivă, Editura Sport - Turism, București</li> <li>12. TUDOSCIUC, I., (2001), Gimnastică artistică sportivă, Editura Fundației România de Măine, București</li> </ol>			
<b>Bibliografie minimală</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. LUCA A., (1998), Gimnastica în școală, Editura Universității "Al. Ioan Cuza" Iași</li> <li>2. POPESCU, G., (2005), Gimnastica Pregătirii, Educării, Dezvoltării fizice generale, Editura Elisaveros, București.</li> <li>3. POPESCU, G., (2005), Impact aerobic, Editura Elisaveros, București.</li> <li>4. POPESCU, G., (2007), Gimnastică acrobatică în școală, Gimnastică artistică, Editura Elisaveros, București.</li> <li>5. STOENESCU G., (1978), Gimnastică ritmică sportivă, Editura Sport - Turism, București</li> <li>6. TALAGHIR, L-GH., (2009), Gimnastica în liceu, Editura Zigotto, Galați</li> </ol>			

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

Este o disciplină de studiu prevăzută în planul de învățământ, pentru al doilea ciclu de formare profesională, ciclul de masterat, face parte din domeniul pedagogic, ce contribuie la formarea competențelor și capacitățile profesionale, prezintă aspectele ce reglementează și direcționează desfășurarea activităților cadrului didactic, înarmează specialistul cu instrumente de operaționalizare a modalității de transmitere eficientă a informațiilor. Disciplina urmărește să obișnuiască studenții cu realizarea unui proces instructiv-educativ bazat pe respectarea principiilor didactice și pe folosirea metodelor generale și specifice de predare în funcție de particularitățile subiecților, prin introducerea strategiilor educaționale centrate pe elev/student. Acest curs prezintă mai multe strategii de predare, centrate pe studentul care și-a format un anumit stil de învățare. Sunt prezentate aspectele ce impun schimbarea strategiei predării, astfel încât să fie satisfăcute necesitățile fiecărui student în parte. Plecând de la considerentul că evaluarea cadrelor didactice are la bază eficiența învățării, este ușor de constatat că strategia de predare constituie punctul forte al activității ce are ca punct central evoluția studentului, de fapt evoluția viitoare a kinetoterapeutului.

## 10. Evaluare

### 10.1. Standard minim de performanță evaluare la curs

### 10.2. Standard minim de performanță evaluare la activitate aplicativă

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs		- examen oral	60%
Lucrări practice		- colocviu individual	30%
Laborator		- alte activități (precizați):.....	
Proiect		- probe de evaluare formativă (portofoliu - referate pe teme predate la curs)	10 %
<b>10.1. Standard minim de performanță evaluare la curs</b>			
Standard minim de performanță pentru nota 5 (cinci)			
<ul style="list-style-type: none"><li>- însușirea principalelor noțiuni, idei specifice disciplinei;</li><li>- cunoașterea problemelor de bază din domeniu;</li><li>- parcurgerea bibliografiei minimale;</li><li>- participarea la cursuri (în proporție de cel puțin 50% din numărul total de cursuri)</li><li>- prezentarea unui portofoliu alcătuit din 3 teme discutate la curs</li><li>- Cunoașterea tehnicii specifice de alcătuire a programelor cu rol profilactic, de recuperare și modelare corporală</li></ul>			
<b>10.2. Standard minim de performanță evaluare la activitate aplicativă</b>			
Standarde minime pentru nota 5			
<ul style="list-style-type: none"><li>- Participarea la lecții cu echipament adecvat și îndeplinirea sarcinilor de lucru</li><li>- Prezentarea unui program de recuperare medicală cu mijloace la alegere dintre toate cele învățate.</li></ul>			

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de seminar
18.09.2024		

Data avizării	Semnătura responsabilului de program
20.09.2024	Conf. univ. dr. VIZITIU LAKHDARI Elena

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
27.09.2024	Conf. univ.dr. GROSU Bogdan

Data aprobării în consiliul facultății	Semnătura decanului
27.09.2024	Prof. univ.dr. LEUCIUC Florin

## FIȘA DISCIPLINEI

### 1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „ȘTEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTERAT
Programul de studii	KINETOPROFILAXIE, RECUPERARE ȘI MODELARE CORPORALĂ

### 2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	<b>PSIHOMOTRICITATE</b>				
Titularul activităților de curs	Lect. Univ. Dr. Holubiac Iulian Ștefan				
Titularul activităților aplicative	Lect. Univ. Dr. Holubiac Iulian Ștefan				
Anul de studiu	II	Semestrul	I	Tipul de evaluare	Colocviu
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				DAP
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DO – obligatorie (impusă), DA – opțională (la alegere), DL – facultativă (liber aleasă)				DA

### 3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

I a) Număr de ore, pe săptămână	3	Curs	2	Seminar	Lucrări practice	1	Proiect
I b) Totalul de ore (pe semestru) din planul de învățământ	42	Curs	28	Seminar	Lucrări practice	14	Proiect

II. Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	20
II.b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	40
II.b) Pregătire seminarilor/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	30
II.d) Tutoriat	
III. Examinări	3
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	90
Total ore pe semestru (Ib+II+III+IV)	175
Numărul de credite	7

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

Curriculum	
Competențe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Abilitatea de a comunica cu specialistii din domeniul;</li> <li>• Capacitatea de a intelege particularitățile anatomice și funcționale în patologia vizată;</li> <li>• Capacitatea de a analiza și decide anumite tipuri de exerciții fizice în funcție de patologia în cauză.</li> </ul>

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

Desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mod de organizare: frontal</li> <li>• Resurse materiale: videoproiector, calculator</li> </ul>	
Desfășurare aplicații	Seminar	
	Laborator	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mod de organizare: frontal, grup, individual</li> <li>• Resurse materiale: videoproiector, masa de masaj, benzi elastice, gantere, saltele, calculator.</li> </ul>
	Proiect	

### 6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	CP2.Elaborează programe de exerciții fizice pentru combaterea riscurilor pentru sănătate
-------------------------	--

	CP4.Contribuie la procesul de reabilitare CP5.Corectează mișcările cu potențial de vătămare
Competențe transversale	CT2.Utilizează diferite canale de comunicare

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

Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cunoașterea și înțelegerea conceptelor privind mecanismul durerii în kinetoterapie și înțelegerea metodelor de recuperare aplicate în diverse condiții</li> </ul>
-----------------------------------	--

### 8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Conceptul de psihomotricitate – definiții și aspecte generale privind fundamentarea conceptului	2	Verbale (expunere, explicația, conversația, problematizarea)	Bibliografie 1, pg 1-27, bibliografie 4, pg 62 – 93, bibliografie 2, pg 1 - 3
2. Etapele principale în evoluția psihomotrică a individului. Evoluția în planul motricității, în planul dezvoltării intelectuale și afective și în planul dezvoltării comportamentului social	2	Verbale (expunere, explicația, conversația, problematizarea)	Bibliografie 2, pg. 4 - 11
3. Componentele de bază ale psihomotricității și ale conduitei motrice I (Schema corporală, lateralitatea, rapiditatea mișcărilor)	2	Verbale (expunere, explicația, conversația, problematizarea)	Bibliografie 1, pg. 35 – 40, bibliografie 1, pg. 52 – 60, bibliografie 2, pg. 11 – 20,
4. Componentele de bază ale psihomotricității și ale conduitei motrice II (Coordonarea perceptiv-motrică)	2	Verbale (expunere, explicația, conversația, problematizarea)	Bibliografie 2, pg. 11-20
5. Structura spațială și contrastele – componente ale psihomotricității	2	Verbale (expunere, explicația, conversația, problematizarea)	Bibliografie 2, pg. 20-28
6. Criteriile temporale în contextul psihomotricității. Ritm și periodicitate. Ritm și percepție. Ritm și structură. Ritm și muzică. Tempoul.	2	Verbale (expunere, explicația, conversația, problematizarea)	Bibliografie 2, pg. 29-32
7. Coordonarea ritmică, dinamică, globală și echilibru	2	Verbale (expunere, explicația, conversația, problematizarea)	Bibliografie 2, pg. 39-42
8. Structuri – componente ale psihomotricității	2	Verbale (expunere, explicația, conversația, problematizarea)	Bibliografie 2, pg. 42-50
9. Educare și reeducare psihomotorie I – Tehnica educativă și reeducativă psihomotorie	2	Verbale (expunere, explicația, conversația, problematizarea)	Bibliografie 2, pg. 51-54
10. Educare și reeducare psihomotorie II – Tehnica educativă și reeducativă psihomotorie după Lapierre și Acoutourier	2	Verbale (expunere, explicația, conversația, problematizarea)	Bibliografie 2, pg. 57-61
11. Testarea ca metodă de evaluare a capacităților psihomotrice	2	Verbale (expunere, explicația, conversația, problematizarea)	Bibliografie 2, pg. 71-76, bibliografie 3, pg. 125-151
12. Baterie de teste pentru aprecierea nivelului de	2	Verbale (expunere,	Bibliografie 2, pg.



dezvoltare a capacității de coordonare statică		explicația, conversația, problematizarea)	77-83, bibliografie 3, pg. 125-151
13. Baterie de teste pentru aprecierea nivelului de dezvoltare a capacității de coordonare dinamică	2	Verbale (expunere, explicația, conversația, problematizarea)	Bibliografie 2, pg. 71-83, bibliografie 3, pg. 125-151
14. Strategia elaborării proiectului educativ sau reeducativ	2	Verbale (expunere, explicația, conversația, problematizarea)	Bibliografie 2, pg. 71-83, bibliografie 3, pg. 125-151

#### Bibliografie

1. HORGHIDAN V., Problematika psihomotricității, Editura Globus, București, 2000 (pus la dispoziție de titularul cursului)
2. GROSU E., Suport de curs – Psihomotricitatea, Universitatea Babeș-Bolyai, Cluj-Napoca, 2009 (disponibil <https://pdfslide.net/documents/suport-de-curs-psihiomotricitatea-565ddf5ae4089.html?page=1>)
3. VLAD E., Evaluarea în actul educațional terapeutic – Comisia de expertiză complexă, Editura Prohumanitate, București, 1999 (pus la dispoziție de titularul cursului)
4. GROSU B., Fotbalul și psihomotricitatea la copiii de 8-10 ani, Editura Didactică și Pedagogică, R. A. București, 2013 (disponibil biblioteca USV)
5. GROSU B., Cercetări privind rolul componentelor psihomotricității la vârsta de 8-10 ani în fotbal, Editura Didactică și Pedagogică, R. A. București, 2014 (disponibil biblioteca USV).

#### Bibliografie minimală

1. GROSU E., Suport de curs – Psihomotricitatea, Universitatea Babeș-Bolyai, Cluj-Napoca, 2009 (disponibil <https://pdfslide.net/documents/suport-de-curs-psihiomotricitatea-565ddf5ae4089.html?page=1>)
2. VLAD E., Evaluarea în actul educațional terapeutic – Comisia de expertiză complexă, Editura Prohumanitate, București, 1999 (pus la dispoziție de titularul cursului)

Aplicații (Seminar / laborator / lucrări practice / proiect)	Nr. Ore 14	Metode de predare	Observații
1. Metode și mijloace pentru descoperirea părților corpului și educarea conștientizării schemei propriului corp în cadrul unor acțiuni motrice	2	Intuitive (observarea, demonstrația), practice (exersarea)	Bibliografie 2, pg.14-19
2. Metode și mijloace pentru dezvoltarea și educarea percepției și orientării spațio-temporale în cadrul unor acțiuni motrice	2	Intuitive (observarea, demonstrația), practice (exersarea)	Bibliografie 2, pg.21-28
3. Metode și mijloace pentru dezvoltarea și educarea simțului chinestezi și a echilibrului static și dinamic în cadrul unor sarcini motrice	2	Intuitive (observarea, demonstrația), practice (exersarea)	Bibliografie 2, pg.88-91
4. Metode și mijloace pentru dezvoltarea ambilateralității și ambidextriei în cadrul unor acțiuni motrice	2	Intuitive (observarea, demonstrația), practice (exersarea)	Bibliografie 2, pg.92-94
5. Metode și mijloace pentru dezvoltarea ritmului și tempoului în cadrul unor acțiuni motrice	2	Intuitive (observarea, demonstrația), practice (exersarea)	Bibliografie 2, pg.93-95
6. Metode și mijloace pentru dezvoltarea coordonării intersegmentare în cadrul unor acțiuni motrice	2	Intuitive (observarea, demonstrația), practice (exersarea)	Bibliografie 2, pg.32-36
7. Metode și mijloace pentru dezvoltarea coordonării dinamice și a capacității de combinare a mișcărilor	2	Intuitive (observarea, demonstrația), practice (exersarea)	Bibliografie 2, pg.77-82

#### Bibliografie

1. HORGHIDAN V., Problematika psihomotricității, Editura Globus, București, 2000 (pus la dispoziție de titularul cursului)
2. GROSU E., Suport de curs – Psihomotricitatea, Universitatea Babeș-Bolyai, Cluj-Napoca, 2009 (disponibil <https://pdfslide.net/documents/suport-de-curs-psihiomotricitatea-565ddf5ae4089.html?page=1>)
3. VLAD E., Evaluarea în actul educațional terapeutic – Comisia de expertiză complexă, Editura Prohumanitate, București, 1999 (pus la dispoziție de titularul cursului)
4. GROSU B., Fotbalul și psihomotricitatea la copiii de 8-10 ani, Editura Didactică și Pedagogică, R. A. București, 2013 (disponibil biblioteca USV)
5. GROSU B., Cercetări privind rolul componentelor psihomotricității la vârsta de 8-10 ani în fotbal, Editura

Didactică și Pedagogică, R. A. București, 2014 (disponibil biblioteca USV).

**Bibliografie minimala**

1. GROSU E., Suport de curs – Psihomotricitatea, Universitatea Babeș-Bolyai, Cluj-Napoca, 2009 (disponibil <https://pdfslide.net/documents/suport-de-curs-psihiomotricitatea-565ddf5ae4089.html?page=1>)
2. VLAD E., Evaluarea în actul educațional terapeutic – Comisia de expertiză complexă, Editura Prohumanitate, București, 1999 (pus la dispoziție de titularul cursului)

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

Conținutul disciplinei are drept scop asigurarea de competențe pentru îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice intervențiilor kinetoterapeutice. Conținuturile abordate în cadrul disciplinei sunt în concordanță cu structura anilor de la universitățile de prestigiu și acoperă aspecte fundamentale necesare familiarizării cu specificul cercetării în domeniul educației.

**10. Evaluare**

**10.1. Standard minim de performanță evaluare la curs**

**10.2. Standard minim de performanță evaluare la activitatea aplicativă**

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Să elaboreze și să aplice, cu mijloace preluate din activitățile fizice și sportive, programe specifice kinetoprofilaxiei, recuperării și modelării corporale adresate unor persoane de vârste diferite (CP4, CP5)	Colocviu scris și oral	<b>50%</b>
Laborator	Prezentarea unui program de exerciții fizice cu mijloace specifice psihomotricității în scop de recuperare și modelare corporală (CP5, CT2)	Prezentare individuală a unui program de 10 exerciții fizice specifice psihomotricității cu temă la alegere (prelegere, explicație, demonstrație, exersare)	<b>50%</b>

**10.1 Standard minim de performanță evaluare la curs**

Conceperea unui program de 10 exerciții fizice cu mijloace specifice psihomotricității în scop de recuperare și modelare corporală

**10.2 Standard minim de performanță evaluare la activitatea aplicativă**

Prezentarea unui program de 10 exerciții fizice cu mijloace specifice psihomotricității în scop de recuperare și modelare corporală

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de aplicație
18.09.2024		

Data avizării	Semnătura responsabilului de program
20.09.2024	Conf. univ.dr. VIZITIU LAKHDARI Elena

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
27.09.2024	Conf. univ.dr. GROSU Bogdan

Data aprobării în consiliul facultății	Semnătura decanului
27.09.2024	Prof. univ.dr. LEUCIUC Florin

## FIȘA DISCIPLINEI

1. **Date despre program**

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „ȘTEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTER
Programul de studii/calificarea	KINETOPRILAXIE, RECUPERARE ȘI MODELARE CORPORALĂ

2. **Date despre disciplină**

Denumirea disciplinei	MANAGEMENT ÎN SĂNĂTATE ȘI RECUPERARE				
Titularul activităților de curs	Conf. univ.dr. Vizitiu Lakhdari Elena				
Titularul activităților de LP	Conf. univ.dr. Vizitiu Lakhdari Elena				
Anul de studiu	I	Semestrul	II	Tipul de evaluare	COLOCVIU
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				DAP
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DO - obligatorie, DA - opțională, DL - facultativă				DO

3. **Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)**

Număr de ore pe săptămână	Total	Curs	2	Seminar	1	Lucrări practice		Proiect	
Totalul de ore din planul de învățământ	42	Curs	28	Seminar	14	Lucrări practice		Proiect	

Distribuția fondului de timp	ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	61
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	50
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	19
Tutoriat	
Examinări	3
Alte activități:	

Total ore studiu individual	133
Total ore pe semestru	175
Numărul de credite	7

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

Curriculum	
Competențe	

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

Desfășurare a cursului		<ul style="list-style-type: none"> <li>• mod de organizare: frontal</li> <li>• resurse materiale: videoprojector</li> </ul>
Desfășurare aplicații	Seminar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• mod de organizare: frontal, grup, individual</li> <li>• resurse materiale: videoprojector, calculator</li> </ul>
	Laborator	<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>
	Proiect	<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>

6. **Competențe specifice acumulate**

Competențe profesionale	CP1. Promovează incluziunea CP6. Aplică principiile eticii și integrității științifice în activitățile de cercetare CP8. Dezvoltă strategii de tratare a pacienților CP10. Lucrează în echipe medicale multidisciplinare
Competențe transversale	CT2. Utilizează diferite canale de comunicare

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

Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> <li>Capacitatea de a explica și interpreta conținuturile teoretice și practice ale disciplinei într-o abordare interdisciplinară, formarea unor atitudini normale de lucru privind studiul în cadrul disciplinei și utilizarea cunoștințelor pentru realizarea unui plan managerial.</li> </ul>
-----------------------------------	--

#### 8. Conținuturi

Curs 28 ore	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Comunicarea managerială	2ore	Curs interactiv	[1] pag.390-406
2. Introducere în management. Managementul ca un sistem. Funcțiile managementului. Rolurile manageriale	2ore	Curs interactiv	[1] pag. 301-303
3. Autoritatea și responsabilitatea.	2ore	Curs interactiv	[1] pag.305-309
4. Tipuri și mecanisme de luare a deciziei	2ore	Curs interactiv	[1] pag.310-313
5. Managementul echipei	2ore	Curs interactiv	[1] pag.323-324 [1] pag. 388-389
6. Managementul flexibilității	2ore	Curs interactiv	[1] pag.324-325
7. Managementul timpului de lucru	2ore	Curs interactiv	[1] pag.325-326
8. Managementul schimbării	2ore	Curs interactiv	[1] pag.326-333
9. Managementul proiectelor	2ore	Curs interactiv	[1] pag.334-339 [2] pag. 189-217
10. Evaluarea în management	2ore	Curs interactiv	[1] pag.340-352
11. Locul managementului de resurse umane în cadrul organizației. Procesul de planificare. Procesul de selectare	2ore	Curs interactiv	[1] pag.353-365
12. Angajarea. Integrarea profesională. Pregătirea profesională. Evaluarea personalului. Remunerarea	2ore	Curs interactiv	[1] pag.367-384
13. Managementul conflictelor	2ore	Curs interactiv	[1] pag.408-417
14. Managementul calității	2ore	Curs interactiv	[1] pag.420-443

#### Bibliografie

- Prof. dr. Cristian Vladescu, Sanatate publica si management sanitar, Cartea Universitara, Bucuresti 2004.
- Rocsana Bucea-Manea-Tonis, Radu Bucea-Manea-Tonis, Management si marketing aplicate in kinetoterapie, Editura: A.G.I.R., ISBN: 978-973-720-813-2, 2020

#### Bibliografie minimală

- Prof. dr. Cristian Vladescu, Sanatate publica si management sanitar, Cartea Universitara, Bucuresti 2004.
- Rocsana Bucea-Manea-Tonis, Radu Bucea-Manea-Tonis, Management si marketing aplicate in kinetoterapie, Editura: A.G.I.R., ISBN: 978-973-720-813-2, 2020

Aplicații (Seminar/laborator/proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Comunicarea – metodă de lucru în kinetoterapie și recuperare. <i>Advocacy</i> și mobilizare socială.	2 ore	Seminar interactiv	Bibliografie minimală

2. Management general. Management în sănătate. Management în kinetoterapie.	2 ore	Seminar interactiv	Bibliografie minimală
3. Funcțiile managementului: a. planificarea, b. organizarea, c. (coordonarea) funcții de conducere.	2 ore	Seminar interactiv	Bibliografie minimală
4. Funcțiile managementului: d. (motivarea) funcții de personal (resurse umane), e. controlul.	2 ore	Seminar interactiv	Bibliografie minimală
5. Management de proiect: a. identificarea problemelor, b. planificarea, c. realizarea.	2 ore	Seminar interactiv	Bibliografie minimală
6. Management de proiect: d. monitorizarea, e. finalizarea și evaluarea. Surse de finanțare.	2 ore	Seminar interactiv	Bibliografie minimală
7. Management in sanatate si recuperare. Marketing în sănătate. Marketing în kinetoterapie.	2 ore	Seminar interactiv	Bibliografie minimală

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

Este o disciplină de studiu prevăzută în planul de învățământ, pentru MASTER, face parte din disciplinele optionale ce contribuie la formarea competențelor și capacităților generale, prezintă aspectele ce reglementează și direcționează desfășurarea activităților practice specifice domeniului. Disciplina are ca scop cunoașterea problemelor cu care se confruntă sănătatea publică. Este o disciplină care contribuie la înțelegerea problemelor organizatorice de management în sanatate și recuperare.

**10. Evaluare**

**11. 10.1. Standard minim de performanță evaluare la curs**

**12. 10.2. Standard minim de performanță evaluare la activitatea aplicative**

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Cunoașterea și prezentarea teoretică privind managementul în sănătate și recuperare-pondere din nota finală 30% Realizarea unui referat din disciplina studiată-pondere din nota finală 20% (CP1,CP6,CP8, CP10,CT2)	Examen oral	50%
Seminar	Realizarea unui plan managerial pentru un cabinet de kinetoterapie și motricitate specială(CP1,CP6,CP8, CP10,CT2)	Prezentare in Power Point-oral	50%
Laborator			
Proiect			

Standard minim de performanță

**10.1. Standard minim de performanță evaluare la curs**

- management de proiect: identificarea problemelor- exemple analizate- comentate

**10.2. Standard minim de performanță evaluare la activitatea aplicativă**

- capacitatea de a individualiza un plan managerial în kinetoterapie și sănătate;

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de seminar
18.09.2024	Conf. univ.dr. VIZITIU LAKHDARI Elena	Conf. univ.dr. VIZITIU LAKHDARI Elena

Data avizării	Semnătura responsabilului de program
20.09.2024	Conf. univ.dr. VIZITIU LAKHDARI Elena

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
27.09.2024	Conf. univ.dr. GROSU Bogdan

Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului
27.09.2024	

## FIȘA DISCIPLINEI

**1. Date despre program**

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „ȘTEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTER
Programul de studii/calificarea	KINETOPRILAXIE, RECUPERARE ȘI MODELARE CORPORALĂ

**2. Date despre disciplină**

Denumirea disciplinei	BAZELE ORGANIZĂRII ȘI DESFĂȘURĂRII KINETOTERAPIEI				
Titularul activităților de curs	Conf. univ.dr. Vizitiu Elena				
Titularul activităților de LP	Conf. univ.dr. Vizitiu Elena				
Anul de studiu	I	Semestrul	II	Tipul de evaluare	COLOCVIU
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				DAP
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DO - obligatorie, DA - opțională, DL - facultativă				DA

**3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)**

Număr de ore pe săptămână	Total	Curs	2	Seminar	1	Lucrări practice		Proiect	
Totalul de ore din planul de învățământ	42	Curs	28	Seminar	14	Lucrări practice		Proiect	

Distribuția fondului de timp	ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	61
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	50
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	19
Tutoriat	
Examinări	3
Alte activități:	

Total ore studiu individual	133
Total ore pe semestru	175
Numărul de credite	7

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

Curriculum	
Competențe	

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

Desfășurare a cursului		<ul style="list-style-type: none"> <li>• mod de organizare: frontal</li> <li>• resurse materiale: videoproiector</li> </ul>
Desfășurare aplicații	Seminar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• mod de organizare: frontal, grup, individual</li> <li>• resurse materiale: videoproiector, calculator</li> </ul>
	Laborator	<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>
	Proiect	<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>

**6. Competențe specifice acumulate**

Competențe profesionale	CP1.Promovează incluziunea CP6.Aplică principiile eticii și integrității științifice în activitățile de cercetare CP8.Dezvoltă strategii de tratare a pacienților CP10.Lucrează în echipe medicale multidisciplinare
Competențe transversale	CT2.Utilizează diferite canale de comunicare

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

Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> <li>Capacitatea de a explica și interpreta conținuturile teoretice și practice ale disciplinei într-o abordare interdisciplinară, formarea unor atitudini normale de lucru privind studiul în cadrul disciplinei și utilizarea cunoștințelor pentru realizarea unui plan managerial.</li> </ul>
-----------------------------------	--

#### 8. Conținuturi

Curs 28 ore	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Conceptul de management	2ore	Curs interactiv	[1] pag.390-406
2. Introducere în management.Managementul ca un sistem.Functiile managementului.Rolurile manageriale	2ore	Curs interactiv	[1] pag. 301-303
3. Autoritatea si responsabilitatea.	2ore	Curs interactiv	[1] pag.305-309
4.Tipuri si mecanisme de luare a deciziei	2ore	Curs interactiv	[1] pag.310-313
5. Managementul echipei	2ore	Curs interactiv	[1] pag.323-324 [1] pag. 388-389
6. Managementul flexibilitatii	2ore	Curs interactiv	[1] pag.324-325
7. Managementul timpului de lucru	2ore	Curs interactiv	[1] pag.325-326
8. Managementul schimbării	2ore	Curs interactiv	[1] pag.326-333
9. Managementul proiectelor	2ore	Curs interactiv	[1] pag.334-339 [2] pag. 189-217
10. Evaluarea în management	2ore	Curs interactiv	[1] pag.340-352
11. Locul managementului de resurse umane în cadrul organizației.Procesul de planificare.Procesul de selectare	2ore	Curs interactiv	[1] pag.353-365
12. Angajarea. Integrarea profesională. Pregătirea profesională. Evaluarea personalului. Remunerarea	2ore	Curs interactiv	[1] pag.367-384
13. Managementul conflictelor	2ore	Curs interactiv	[1] pag.408-417
14. Managementul calității	2ore	Curs interactiv	[1] pag.420-443
<b>Bibliografie</b>			
3. Prof. dr. Cristian Vladescu, Sanatate publica si management sanitar, Cartea Universitara, Bucuresti 2004.			
4. 2. Rocsana Bucea-Manea-Tonis, Radu Bucea-Manea-Tonis, Management si marketing aplicate in kinetoterapie, Editura: A.G.I.R., ISBN: 978-973-720-813-2, 2020			
<b>Bibliografie minimală</b>			
3. Prof. dr. Cristian Vladescu, Sanatate publica si management sanitar, Cartea Universitara, Bucuresti 2004.			
4. Rocsana Bucea-Manea-Tonis, Radu Bucea-Manea-Tonis, Management si marketing aplicate in kinetoterapie, Editura: A.G.I.R., ISBN: 978-973-720-813-2, 2020			

Aplicații (Seminar/laborator/proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
8. Comunicarea – metodă de lucru în kinetoterapie și recuperare. <i>Advocacy</i> și mobilizare socială.	2 ore	Seminar interactiv	Bibliografie minimală[1, 2]
9. Management general. Management în sănătate. Management în kinetoterapie.	2 ore	Seminar interactiv	Bibliografie minimală [1, 2]

10. Funcțiile managementului: a. planificarea, b. organizarea, c. (coordonarea) funcții de conducere.	2 ore	Seminar interactiv	Bibliografie minimală [1, 2]
11. Funcțiile managementului: d. (motivarea) funcții de personal (resurse umane), e. controlul.	2 ore	Seminar interactiv	Bibliografie minimală[1, 2]
12. Management de proiect: a. identificarea problemelor, b. planificarea, c. realizarea.	2 ore	Seminar interactiv	Bibliografie minimală[1, 2]
13. Management de proiect: d. monitorizarea, e. finalizarea și evaluarea. Surse de finanțare.	2 ore	Seminar interactiv	Bibliografie minimală[1, 2]
14. Management în sănătate și recuperare. Marketing în sănătate. Marketing în kinetoterapie.	2 ore	Seminar interactiv	Bibliografie minimală [1, 2]

#### Bibliografie minimală

1. Prof. dr. Cristian Vladescu, Sănătate publică și management sanitar, Cartea Universitară, București 2004.
2. Rocsana Bucea-Manea-Tonis, Radu Bucea-Manea-Tonis, Management și marketing aplicate în kinetoterapie, Editura: A.G.I.R., ISBN: 978-973-720-813-2, 2020

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

Este o disciplină de studiu prevăzută în planul de învățământ, pentru MASTER, face parte din disciplinele optionale ce contribuie la formarea competențelor și capacităților generale, prezintă aspectele ce reglementează și direcționează desfășurarea activităților practice specifice domeniului. Este o disciplină care contribuie la înțelegerea problemelor organizatorice de management a kinetoterapiei.

### 10. Evaluare

#### 11. 10.1. Standard minim de performanță evaluare la curs

#### 12. 10.2. Standard minim de performanță evaluare la activitatea aplicative

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Cunoașterea și prezentarea teoretică privind managementul în kinetoterapie (CP1,CP6,CP8, CP10,CT2)	Examen oral	50%
Seminar	Realizarea unui plan managerial pentru un cabinet de kinetoterapie(CP1,CP6,CP8, CP10,CT2)	Prezentare in Power Point-oral	50%
Laborator			
Proiect			

#### Standard minim de performanță

#### 10.1. Standard minim de performanță evaluare la curs

- management de proiect: identificarea problemelor- exemple analizate- comentate

#### 10.2. Standard minim de performanță evaluare la activitatea aplicativă

- capacitatea de a individualiza un plan managerial în kinetoterapie

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de seminar
18.09.2024	Conf. univ.dr. VIZITIU LAKHDARI Elena	Conf. univ.dr. VIZITIU LAKHDARI Elena

Data avizării	Semnătura responsabilului de program
20.09.2024	Conf. univ.dr. VIZITIU LAKHDARI Elena

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
27.09.2024	Conf. univ.dr. GROSU Bogdan

Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului
27.09.2024	Prof. univ.dr. LEUCIUC Florin