

## FIȘA DISCIPLINEI

### 1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea „Babeș-Bolyai” Cluj-Napoca
1.2 Facultatea	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Kinetoterapie și Discipline Teoretice
1.4 Domeniul de studii	
1.5 Ciclul de studii	Master
1.6 Programul de studiu / Calificarea	Kinetoterapia în afecțiunile aparatului locomotor/ kinetoterapeut

### 2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Kinetoterapia în traumatologia sportivă						
2.2 Titularul activităților de curs	Prof. Dr.Szeplaki Atilla						
2.3 Titularul activităților de seminar	Prof. Dr.Szeplaki Atilla						
2.4 Anul de studiu	II	2.5 Semestrul	4	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	DS

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	Din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	36	Din care: 3.5 curs	24	3.6 seminar/laborator	12
Distribuția fondului de timp:					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					48
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					27
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					19
Tutoriat					8
Examinări					4
Alte activități: .....					8
3.7 Total ore studiu individual	114				
3.8 Total ore pe semestru	36				
3.9 Numărul de credite	6				

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

4.1 de curriculum	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Biomecanică musculară normală și patologică; Metode de evaluare analitice și globale ale restantului funcțional;</li> </ul>
4.2 de competențe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Recuperarea funcțională în patologia ortopedică și traumatică</li> </ul>

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

5.1 De desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sală de curs dotată cu aparatură de videoproiecție</li> </ul>
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laborator dotat corespunzător cerințelor, videoproiector, mese, scaune, aparatură specială.</li> </ul>

## 6. Competențele specifice acumulate

<b>Competențe profesionale</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• C 1. Proiectarea modulară (Kinetoterapie și motricitate specială) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară.</li> <li>• C 2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Kinetoterapie și motricitate specială).</li> <li>• C 3. Evaluarea clinică primară (funcțională) și diagnoza nevoilor de intervenție kinetoterapeutică.</li> <li>• C 4. Realizarea programelor de intervenție kinetoterapeutică, cu caracter profilactic, curativ sau de recuperare.</li> <li>• C5. Utilizarea metodelor și tehnicilor de intervenție kinetoterapeutică.</li> </ul>
<b>Competențe transversale</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CT2. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice intervențiilor kinetoterapeutice.</li> </ul>

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Asigurarea însușirii și fundamentării cunoștințelor teoretice și practice a kinetoterapiei în procesul de recuperare a traumatismelor sportive.</li> </ul>
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Însușirea noțiunilor privind biomecanica, etiopatologia, fiziopatologia traumatismelor sportive.</li> <li>• Cunoașterea metodelor de investigare, evaluare și tratament în cazul traumatismelor sportive.</li> <li>• Formarea abilităților și competenței de a elabora un program recuperator individualizat după traumatisme sportive.</li> <li>• Formarea și aprofundarea capacității de a concepe, proiecta și conduce programe kinetice de recuperare pentru reintegrarea sportivului în activitatea competițională.</li> </ul>

## 8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
Introducere. Structuri anatomice afectate. Clasificarea și biomecanica traumatismelor sportive. Incidența traumatismelor pe ramuri sportive.	Prezentare interactivă	2 ore
Factori favorizanți. Factori declanșanți. Fiziopatologie. Principii generale de profilaxie, tratament și recuperare: obiective, durata, mijloace.	Prezentare interactivă	2 ore
Macrotraumatismele: definiție, clasificare, simptomatologie, principii de recuperare. Afecțiuni hiperfuncționale produse prin suprasolicitare sportivă.	Prezentare interactivă	2 ore
Metode de menținere și refacere ale capacității generale de efort pentru sportivul traumatizat.	Prezentare interactivă	1 oră
Metode de investigare ale mobilității articulare, flexibilității, tonusului muscular și forței musculare. Metode pentru refacerea mobilității articulare și flexibilității țesuturilor moi. Metode	Prezentare interactivă	2 ore

pentru ameliorarea forței și rezistenței musculare.		
Caracteristici anatomo-fiziologice specifice unor sporturi; relația cu localizarea și incidența traumatismelor.	Prezentare interactivă	1 oră
Noțiuni de bază privind patologia și recuperarea coloanei vertebrale în sport.	Prezentare interactivă	2 ore
Recuperarea traumatismelor regionale, evaluare funcțională, ghid de recuperare, protocol de recuperare, aspecte particulare.	Prezentare interactivă	2 ore
Notiuni de bază privind patologia și recuperarea membrului superior în sport.	Prezentare interactivă	2 ore
Recuperarea traumatismelor membrului superior, evaluare funcțională, ghid de recuperare, protocol de recuperare, aspecte particulare.	Prezentare interactivă	2 ore
Noțiuni de bază privind patologia și recuperarea membrului inferior în sport	Prezentare interactivă	2 ore
Recuperarea traumatismelor membrului inferior, evaluare funcțională, ghid de recuperare, protocol de recuperare, aspecte particulare.	Prezentare interactivă	2 ore
Recuperarea neuropsihică în sindroame de suprasolicitare; stări psihice limita, recuperarea traumei psihice posttraumatice. Durerea în practica sportivă.	Prezentare interactivă	1 oră
Reintegrarea sportivului în activitatea competițională după traumatismul sportiv.	Prezentare interactivă	1 oră
		<b>Total: 24 ore</b>

#### Bibliografie:

- ✓ Arnheim, D., & Prentice, W. (1997). Principale of Athletic Training;
- ✓ Avramescu (Rinderu), E.T. (sub coordonare). (2005). Kinetoterapia în activități sportive – volum II Investigația medico-sportivă; Aplicații ale teoriei în practică, Ed. Didactică și Pedagogică, București;
- ✓ Avramescu, E.T. (sub coordonare); autor Ilinca, I., et al. (2007). Kinetoterapia în activități sportive; publicare WEB site internațional: <http://www.display.tuc.gr/Cerps>; CD interactiv, Ed. Universitaria;
- ✓ Brukner, P., & Khan, K. (2005). Clinical Sports medicine, ed III, Mc Graw Hill Medical;
- ✓ Cordun, M. (1999). Kinetologie medicală. București: Ed. AXA;
- ✓ Cordun, M. (2009). Kinantropometrie. București: Ed. CD Press;
- ✓ Kisner, C.; Colby, L.A. (2007). Therapeutic exercise - Foundation and techniques. 5th Edition. Philadelphia: F.A. Davis Company;
- ✓ Drăgan, I. (2002). Medicina sportivă, Ed. Medicală, București;
- ✓ Kiss, I. (2002) Fizio-kineto-terapia și recuperarea medicală. București: Ed. Medicală;
- ✓ Lillegard, W.A. (1993). Handbook of sports medicine;
- ✓ Nemeș, I.D.A. (2001). Metode de explorare și evaluare în kinetoterapie. Timișoara: Ed. Orizonturi Universitare;
- ✓ Popescu, R., & Bighea, A. (1997). Noțiuni practice de medicină recuperatorie, Editura Agora;
- ✓ Popescu, R., Trăistaru, R., & Badea, P. (2004). Ghid de evaluare clinică și funcțională în recuperarea medicală. Editura Medicală Universitară, Craiova;
- ✓ Popescu, R. & Trăistaru, R. (2007). Recuperarea membrului inferior ortezat și protezat. Ed. Medicală Universitară, Craiova;
- ✓ Popescu, R. & Trăistaru, R. (2010). Recuperarea membrului superior ortezat și protezat. Ediția a doua. Ed. Medicală Universitară, Craiova;
- ✓ Sbenghe, T. (1981). Recuperarea medicală a sechelelor posttraumatice ale membrelor, Ed. Medicală, București;
- ✓ Sbenghe, T. (1987). Kinetoterapie profilactică, terapeutică și de recuperare, Ed. Medicală, București;
- ✓ <http://www.medicinasportiva.ro/traumatologie/traumatologie.html>;

8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
Programe kinetice pentru recuperarea coloanei vertebrale după traumatisme sportive.	Prezentare interactivă	1 oră
Programe kinetice aplicabile în lombalgie.	Prezentare interactivă	1 oră
Programe kinetice pentru recuperarea membrului superior după traumatismul sportiv al umărului.	Prezentare interactivă	2 ore
Programe kinetice pentru recuperarea membrului superior după traumatisme sportive la nivelul cotului, antebrățului și mâinii.	Prezentare interactivă	2 ore
Programe kinetice pentru recuperarea membrului inferior după traumatisme sportive la nivelul bazinului și coapsei.	Prezentare interactivă	2 ore
Programe kinetice pentru recuperarea membrului inferior după traumatisme sportive la nivelul genunchiului.	Prezentare interactivă	2 ore
Programe kinetice pentru recuperarea membrului inferior după traumatisme sportive la nivelul gleznei și piciorului.	Prezentare interactivă	2 ore
		<b>Total: 12 ore</b>

#### Bibliografie:

- ✓ Arnheim, D., & Prentice, W. (1997). Principale of Athletic Training;
- ✓ Avramescu (Rinderu), E.T. (sub coordonare). (2005). Kinetoterapia în activități sportive – volum II Investigația medico-sportivă; Aplicații ale teoriei în practică, Ed.Didactică și Pedagogică, București;
- ✓ Avramescu, E.T. (sub coordonare); autor Ilinca, I., et al. (2007). Kinetoterapia în activități sportive; publicare WEB site international: <http://www.display.tuc.gr/Cerps>; CD interactiv, Ed. Universitaria;
- ✓ Brukner, P., & Khan, K. (2005). Clinical Sports medicine, ed III, Mc Graw Hill Medical;
- ✓ Cordun, M. (1999). Kinetologie medicală. București: Ed. AXA;
- ✓ Cordun, M. (2009). Kinantropometrie. București: Ed.CD Press;
- ✓ Kisner, C.; Colby, L.A.(2007). Therapeutic exercise - Foundation and techniques.5th Edition. Philadelphia: F.A. Davis Company;
- ✓ Drăgan, I. (2002). Medicina sportivă, Ed. Medicală, București;
- ✓ Kiss, I. (2002) Fizio-kineto-terapia și recuperarea medicală. București: Ed. Medicală;
- ✓ Lillegard, W.A. (1993). Handbook of sports medicine;
- ✓ Nemeș, I.D.A. (2001). Metode de explorare și evaluare în kinetoterapie. Timișoara: Ed. Orizonturi Universitare;
- ✓ Popescu, R., & Bighea, A. (1997). Noțiuni practice de medicină recuperatorie, Editura Agora;
- ✓ Popescu, R., Trăistaru, R., & Badea, P. (2004). Ghid de evaluare clinică și funcțională în recuperarea medical. Editura Medicală Universitară, Craiova;
- ✓ Popescu, R. & Trăistaru, R. (2007). Recuperarea membrului inferior ortezat și protezat. Ed.Medicală Universitară, Craiova;
- ✓ Popescu, R. & Trăistaru, R. (2010). Recuperarea membrului superior ortezat și protezat. Ediția a doua. Ed.Medicală Universitară, Craiova;
- ✓ Sbenge, T. (1981). Recuperarea medicală a sechelelor posttraumatice ale membrelor, Ed. Medicală, București;
- ✓ Sbenge, T. (1987). Kinetoterapie profilactică, terapeutică și de recuperare, Ed. Medicală, București;
- ✓ <http://www.medicinasportiva.ro/traumatologie/traumatologie.html>;

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

- Conținutul disciplinei este coroborat așteptările reprezentanților comunității, a asociațiilor profesionale și angajatorilor (Asociația Kinetoterapeuților din România, Centre , Inspectoratul Școlar Județean).

## 10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Dobândirea cunoștințelor specifice în recuperarea traumatismelor sportive.	Evaluare scrisă	50 %
10.5 Seminar/laborator	Prezentarea și argumentarea unui plan recuperator kinetic după diferite traumatisme sportive bazat pe protocol recuperator (pe teme prestabilite, studii de caz).	Evaluare practică	40%
	Atitudinea față de disciplină.	Evaluare practică	10%
10.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"><li>Dobândirea unui bagaj de cunoștințe privind recuperarea sportivului traumatizat centrat pe individualizare.</li></ul>			

Semnătura titularului de curs

Prof. Dr.Szeplaki Atilla

Semnătura titularului de seminar

Prof. Dr.Szeplaki Atilla

Semnătura coordonatorului de Master

prof. dr. Ciocoi-Pop D. Rareș