

A TANTÁRGY ADATLAPJA

1. A képzési program adatai

1.1 Felsőoktatási intézmény	BABEȘ-BOLYAI TUDOMÁNYEGYETEM UNIVERSITATEA BABEȘ-BOLYAI
1.2 Kar	TESTNEVELÉS ÉS SPORT KAR/ FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.3 Intézet	GYÓGYTORNA ÉS ELMÉLETI TANTÁRGYAK/ KINETOTERAPIE ȘI DISCIPLINE TEORETICE
1.4 Szakterület	GYÓGYTORNA/ KINETOTERAPIE
1.5 Képzési szint	ALAPKÉPZÉS/ LICENȚĂ
1.6 Szak / Képesítés	GYÓGYTORNA ÉS SPECIÁLIS MOZGÁSKÉSZSÉG /KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. A tantárgy adatai

2.1 A tantárgy neve	Masaj și tehnici complementare/ Masszázs és kiegészítő technikák						
2.2 Az előadásért felelős tanár neve	Lector Dr. Vădan Anca L.						
2.3 A szemináriumért felelős tanár neve	Drd. Chelaru E Hajnal						
2.4 Tanulmányi év	III	2.5 Félév	5	2.6. Értékelés módja	V/E	2.7 Tantárgy típusa	K/ Ob

3. Teljes becsült idő (az oktatási tevékenység féléves óraszama)

3.1 Heti óraszám	4	melyből: 3.2 előadás	2	3.3 szeminárium/labor	2
3.4 Tantervben szereplő össz-óraszám	56	melyből: 3.5 előadás	28	3.6 szeminárium/labor	28
A tanulmányi idő elosztása:					óra
A tankönyv, a jegyzet, a szakirodalom vagy saját jegyzetek tanulmányozása					28
Könyvtárban, elektronikus adatbázisokban vagy terepen való további tájékozódás					14
Szemináriumok / laborok, házi feladatok, portofóliók, referátumok, esszék kidolgozása					14
Egyéni készségfejlesztés (tutorálás)					8
Vizsgák					2
Más tevékenységek:					4
3.7 Egyéni munka össz-óraszama	70				
3.8 A félév össz-óraszama	125				
3.9 Kreditszám	5				

4. Előfeltételek (ha vannak)

4.1 Tantervi	• Nincs/NA
4.2 Kompetenciabeli	• Nincs / NA

5. Feltételek (ha vannak)

5.1 Az előadás	Videovetítővel és megfelelő szoftverrel (PowerPoint, Word,
----------------	--

lebonylításának feltételei	<p>multimédiás programok, Internet) ellátott előadóterem</p> <ul style="list-style-type: none"> • A kuzusokon a jelenlét nem kötelező de ajánlott. <p>Sală dotat cu aparatura multimedia și softuri. Prezența la curs nu este obligatorie, dar este recomandată.</p>
5.2 A szeminárium / labor lebonylításának feltételei	<ul style="list-style-type: none"> • A gyakorlati órák 90 %-ban kötelezőek. • Megfelelő öltözet viselete a gyakorlati órákon: zokni/ paucs; polo; rövidnadrág; törölköző; olaj. <p>Prezența la LP este obligatorie la 90% din totalul orelor prevăzute în planul de învățământ. Ținuta obligatorie: șosete/papucei, tricou, pantaloni scurți; prosop, ulei pentru masaj.</p>

6. Elsajátítandó jellemző kompetenciák

Szakmai kompetenciák	<p>Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară; Utilizarea metodelor și tehnicilor de intervenție kinetoterapeutică;</p>
Transzverzális kompetenciák	<p>Organizarea de programe kinetoterapeutice în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională; Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice intervențiilor kinetoterapeutice; Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii, potrivit propriului proiect de dezvoltare personală;</p>

7. A tantárgy célkitűzései (az elsajátítandó jellemző kompetenciák alapján)

7.1 A tantárgy általános célkitűzése	<p>Însușirea noțiunilor privind masajul și tehnicile complementare, a celor referitoare la efectele generale și locale ale masajului în general și ale masajului medical, în special. Indicațiile și contraindicațiile masajului.</p>
7.2 A tantárgy sajátos célkitűzései	<p>Cunoașterea locului masajului medical în programul complex de recuperare medicală. Însușirea corectă a cunoștințelor referitoare la efectele locale și generale ale masajului medical; Însușirea indicațiilor și contraindicațiilor masajului medical; Însușirea tehnicilor de masaj medical și executarea corectă a acestora.</p>

8. A tantárgy tartalma

8.1 Előadás	Didaktikai módszerek	Megjegyzések
Prezentarea disciplinei. Definiții. Istoria masajului Reguli de practicare a masajului.	Curs interactiv	2 ore
Clasificarea masajului în funcție de diferite criterii.	Curs interactiv	2 ore

Pielea - noțiuni generale.		
Efectele fiziologice locale și generale, imediate și tardive, ale masajului medical. Indicațiile și contraindicațiile masajului.	Curs interactiv	2 ore
Influențele masajului asupra țesuturilor, organelor și aparatelor organismului uman.	Curs interactiv	2 ore
Descrierea procedeelelor principale, secundare și speciale de masaj și indicațiile acestora în recuperare.	Curs interactiv	2 ore
Masajul spatelui. Masajul medical în afecțiunile sistemului nervos central și periferic.	Curs interactiv	2 ore
Masajul membrelor. Masajul medical în afecțiunile aparatului locomotor.	Curs interactiv	2 ore
Masajul regiunii abdominale. Masajul medical în afecțiunile aparatului digestiv.	Curs interactiv	2 ore
Masajul regiunii toracice. Masajul medical în afecțiunile aparatului respirator.	Curs interactiv	2 ore
Masajul capului și cefei. Noțiuni de drenaj limfatic. Indicațiile și procedeele de masaj utilizate la femei gravide și lăuze.	Curs interactiv	2 ore
Noțiuni de masaj reflexogen.	Curs interactiv	2 ore
Masajul anticelulitic. Masajul medical în afecțiunile țesutului subcutanat.	Curs interactiv	2 ore
Recapitulare	Curs interactiv	2 ore
Pregătirea examenului	Curs interactiv	2 ore
Könyvszét 1. Cordun, M. (2016). Ghidul masajului clasic. Ed. Discobolul, București 2. Cordun, M. (1999). Kinetologie medicală. Editura AXA, București 3. Câmpeanu, M. (2008). Masaj – tehnici de bază. Editura Napoca Star, Cluj-Napoca; 4. Diaconu, A., (2012). Manual de tehnică a masajului terapeutic. Ed. Medicală, București; 5. Mârza-Dănilă, D. (2010). Masaj terapeutic-recuperator. Ed. Alma Mater, Bacău; 6. Marcu, V. (1994). Masaj și kinetoterapie. Editura Sport Turism , București; 7. Ionescu, A. (1994). Masajul. Editura ALL, București; 8. Zamora, E. (2004). Masajul medical- indicații terapeutice. Editura GMI, Cluj-Napoca;		
8.2 Szeminárium / Labor	Didaktikai módszerek	Megjegyzések
Prezentarea condițiilor de desfășurare a lucrărilor practice, a condițiilor de acceptare la examenul scris și de promovare a disciplinei. Prezentarea fișei disciplinei.	Explicație	2 ore
Învățarea și exersarea procedeelelor principale de masaj: netezirea și fricțiunea.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
Învățarea și exersarea procedeelelor principale de masaj: frământatul.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
Învățarea și exersarea procedeelelor principale de masaj: tapotamentul și vibrațiile	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
Învățarea și exersarea procedeelelor secundare de masaj: cernutul și rulatul, ciupitul și pensatul, presiunile, scuturările, tracțiunile și tensiunile.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
Masajul spatelui și masajul regiunii fesiere.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
Masajul părții posterioare a membrelor inferioare	Explicație,	2 ore

	demonstrație, exersare	
Masajul părții anterioare a membrilor inferioare, masajul abdomenului	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
Masajul toracelui, capului, cefei și membrilor superioare	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
Recapitulare. Masajul în afecțiunile reumatismale și traumatice ale aparatului locomotor.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
Drenajul limfatic	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
Masajul reflexogen	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
Recapitulare Verificare practică	Demonstrație practică	2 ore
Verificare practică	Demonstrație practică	2 ore
		Total 28 ore

Könyvészet/Bilgligrafie

1. Câmpeanu, M. (2008). Masaj – tehnici de bază. Editura Napoca Star, Cluj-Napoca;
2. Cordun, M. (1999). Kinetologie medicală. Editura AXA, București;
3. Ionescu, A. (1994). Masajul. Editura ALL, București;
4. Marcu, V. (1994). Masaj și kinetoterapie. Editura Sport Turism , București;
5. Zamora, E. (2004). Masajul medical- indicații terapeutice. Editura GMI, Cluj-Napoca;
6. Diaconu, A. (2012). Manual de tehnică a masajului terapeutic. Editura Medicală, București.

9. Az epiztemikus közösségek képviselői, a szakmai egyesületek és a szakterület reprezentatív munkáltatói elvárásainak összhangba hozása a tantárgy tartalmával.

- Az egészségtani tantárgy, azoknak az alapkészségeknek és képességeknek a fejlesztésére irányul, amelyek a szakmai és munkaerőpiaci követelményeknek, elvárásoknak teljes mértékben megfelelnek. Conținutul disciplinei este coroborat cu standardele asociațiilor profesionale și angajatorilor (Asociația Kinetoterapeuților din România, Colegiul Fizioterapeuților din România, Spitale, Baze de tratament, Cabinete de kinetoterapie)

10. Értékelés

Tevékenység típusa	10.1 Értékelési kritériumok	10.2 Értékelési módszerek	10.3 Aránya a végső jegyben
10.4 Előadás	Explicarea corectă a noțiunilor teoretice: 30 de întrebări grilă 30 întrebări x 0.30 puncte + 1 punct din oficiu Pentru a promova disciplina, nota obținută la examenul scris trebuie să fie minim 5.	Evaluare scrisă - test grilă (30 de întrebări)	50%
10.5 Szeminárium / Labor	1. Verificarea practică: fiecare student extrage un subiect și execută practic	Evaluare practică	50%

	<p>masajul regiunii indicate pe bilet.</p> <p>Pentru acceptarea studentului la examenul scris, în oricare sesiune organizată, nota obținută la verificarea practică trebuie să fie minim 5.</p>		
--	---	--	--

10.6 A teljesítmény minimumkövetelményei

A különböző masszázs technikák ismerete és alkalmazása.
Cunoașterea și demonstrarea procedeeilor de masaj.

	<p>Semnătura titularului de curs</p> <p>Lector dr. Vădan Anca L</p>	<p>Semnătura titularului de seminar</p> <p>Kinetoterap drd. Chelaru Hajnal</p>
	<p>Responsabil program</p> <p>conf. dr. Boros-Balint Iuliana</p>	<p>Director departament</p> <p>Prof. dr. Ciocoi-Pop D. Rareș</p>